

மங்கையர் மலர்

இரட்டைச் சிறப்பிதழ் - II

(இலக்கணம்)

மேலது வந்தது



தீபாவளி

இரட்டைச் சிறப்பிதழ் - I

அன்பு நிறைந்த வாழ்க்கை ஆயுள் முழுதும்
நிலைத்திருக்க ஆரம்பம் இதுவே...

[illegible]

PRINCE
JEWELLERY

Paragal Park, T. Nagar, Chennai.
Tel. 4363137, 436 3138
Opening shortly in Science Hall

These methods involved either direct measurement or indirect measurement using a variety of techniques. The methods used were:

பரம்பரியத்தின் கலைக்கூடம்



பதிப்பு

பரணி

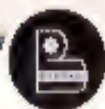
பதிப்பு இயக்குநர்

பி.வி. சிவசுப்பிரமணியம்

☎ 21361071172



பரம்பரியத்தின்
நிலைக்கூடம்



பதிப்புரை

பரணி

பாடு சாமிநா

R.K.V. கோடு, சென்னை.

☎ 213870/71/72

மங்கையர் மலர்

தித்திக்கும் தீபாவளி

கங்கா ஸ்நானம் ஆச்சா? - 146

நடுவழியில் தீபாவளி - 148

தீபாவளியை இனிப்புடன் கொண்டாடுவோம் - 169

வாஃப்டு ஸ்லீட்டி - 212

தீபாவளிக்கு முறுக்கா? - 232

மலர் : 21

இதழ் : 10

நவம்பர்

2001

தீபாவளி ஸ்பெஷல் சிறுகதைகள்...

அந்த நாளும் வந்திடாதோ? -

ஜெயத்தி பத்மதாஸன் - 22

போய்ச் சேற்ற இடம் நல்லா இருக்கணும்

- பத்மாவதி முத்துக்குமார் - 52

ஜாங்கிரி பிறந்த கதை -

லலிதா கிருஷ்ணமூர்த்தி - 134

வெறென்ன கேட்கிறேன்? -

ஜூலியட் கஜ் - 204

சாதிக்கப் பிறத்தோம்

தள்ளைமற்ற சேவைக்கு தங்க

மெடல் - 67

புன்னகைதான் முதல் மருத்து - 193

சங்குமாவின் இரண்டாவது பிறத்த

விடு - 203

எந்த வயதிலும் சாதிக்கலாம் - 224

வாசகிகள் சொல்கிறார்கள்

ஆஸ்கிலம் பேசாதது ஒரு

நடையா? - 29

வயது முதிர்ச்சியா, வயதால்

முதிர்ச்சியா? - 57

ஓ... இந்தக் காலத்துக் குழந்தைகள் - 131

தொலைந்து போகும் தப்பு - 133

அசைவில்லாத அழகு - 185

அவளுக்கு இல்லாத புடவைமா? - 199

நாயச் சொம்பு ரசம் - 217



**தீபாவளி
இரட்டைச்
சிறப்பிதழ்**

இணையதள முகவரி <http://www.mangalyarnamamonthly.com>

www.mangalyarnamamonthly.com

கல்கி

4.11.2001

ஆடைச் சிறப்பிதழாக
மலருகிறது!

✳ அமெரிக்கத் தாக்குதல் —
அச்சத்தில் பெண்கள்!



✳ கல்யாணப் புடைவை
கலாட்டா!

- வி.ஐ.பி. பெண்களின் பட்டு
நினைவுகள்...

✳ கலக்குது பாருங்க
ஸ்டைலு!

- ஃபேஷன் அனுபவங்கள்

தீபாவளி ஷாப்பிங் செய்த
திருப்தி கிடைக்கும்!

பாஷா புரியாத ஊரில்...
கல்லு வாங்க வந்தேன் - 33

கர்ப்பிணிப் பெண்களுக்கு...

மசக்கைப் பெண்களுக்குப் புளிப்புச்
சமையல் - 141

தன்னம்பிக்கைத் தொடர்...

நார்பதிலும் சாதிக்கலாம் -
உஷா சுப்பிரமணியன் - 60
ஆனந்தமாய் வாழ்வோமே -
சத்திர ஜக்கிவாகதேவ் - 180
இனிப்பாக ஒரு தொந்திரவு -
- அனுராதா ரமணன் - 188

தொடர்கள்...

புக்ஷெல்ஃப் - 49
இம்மாத இல்லத்தரசி - 79
இத்த மாதம் எப்படி? - 101
ஆண் 'ஜீன்' கூட அடக்குகிறது - 115
சியூஸ் சாலட் - 120
அழகுக்கு அழகு செய்ய - 143
கால் வலி தரும் கவலை தீங்க - 196

மஞ்சளா ரமேஷின்...

சில வார்த்தைகள் - 7
நுப்பு வட்டம் - 36

மென பரிசுப் போட்டி

இத்தியப் பிரதமருக்கு ஒரு எமெயில்
- கட்டுரை முடிவுகள் - 70

பாபா மகிமை

கனவில் தோன்றும் கற்பகக்
கொடி - 90

அயல்தாட்டுப் பெண்களின் சோகம்

நாமெல்லாம் எவ்வளவோ
தேவலை! - 96
ஆற்றாது அழுத கண்ணீர்... - 12

ஜனவரி 2002

சிறப்பிதழ்

அறிவிப்பு - 10

பட்டுக்களவுகளை நனவாக்குகிறது



ஹயகிரிவாஸ்
பட்டுத் திருவிழா

19.10.2001 - 15.11.2001

ஹயகிரிவாஸ்
பட்டுத்திருவிழாவின் போது
மிக அதிகமாக
வாங்குபவருக்கு
ரூ. 10,000 வரையும்
பட்டுக்களை
ஒன்றும் இலவசம்

இது உங்கள்
பட்டுக்களவுகள்
தனவாகும் நேரம்.
விளையாட்டுகள்
இன்றே


HayagrivaS
— SILK HOUSE —

153, ஜி.என். செட்டி சாலை, தி.நகர், சென்னை-17.
போன்: 8230939, 8234989

தூரமான பார்த்தில் வசதி

* திருவிழாவுக்கு உட்பட்டது

ஒற்றை வார்த்தையில் உஸகம்

வார்த்தை

சொகுத்து இருக்கும் விரியம் அளவிட முடியாதது. ஒவ்வொருவரும் வாழ்க்கையில் அந்த உணர்விற்குப் பீரிகள், வார்த்தை எண்பதே



இவ்வளவு ஒர் ஒளி கூட பல உணர்வுகளை ஏற்படுத்தும் மனத்தின் பெரும் கிளர்ச்சியை ஏற்படுத்தக்கூடியது.

"எங்கும்மா விடப்போந்து வெட்டர் வந்தது" - இப்படி ஆவலோடு ஒரு பெண் ஆரம்பிக்கிறாள் என்று வைத்துக் கொள்வோம்.

"ம்..." என்ற கணவனின் இந்த ஒற்றைவெறுத்து பதில் எத்தனையோ உணர்வுகளைச் சொல்லும். 'ம்'யும் இவ்வையமாக "மேற்கொண்டு சொல்"

என்பது பொலச் சொல்லலாம். உறுமனாக வெறுப்போடு பேசலாம். சலிப்பு, சம்பு இன்றும் எத்தனையோ உணர்வுகளை அவை கூறும் முதலில் ஆவலோடு ஆரம்பித்த பெண் உற்சாகமடைவதோ, கணவனின் விடுவதோ, வெறுப்படைவதோ எல்லாமே உடம்புமன அயனாடைய மனதிலே "ம்" என்ற அந்த ஒற்றை எழுத்தாலே நிகழும்.

அதைத்தான் சொன்னேன் வார்த்தைகள் மிகுந்த 'விரியம்' வாய்ந்தவை என்று நம்புவதும் எதிரொலிக்கிறது. கெட்டதையும் உன் டாக்குகிறது. கூடலில் பல இரகசயன மாற்றங்களாக கூட ஏற்படுத்தும் இவ்வையா?

ஆக இத்தனை சக்திவாய்ந்த ஒர் ஆயுதம் நம்மிடம் இருக்கும் போது அந்த தாம் எப்படி பயன்படுத்துகிறோம் என்று நினைத்துப் பாருங்கள். ஒரு வார்த்தையால் ஒவ்வொரு உருவாக்க முடியும் போது அந்த அழகியும் முடியும் இவ்வையா? ஆனால் அவற்றையெல்லாம் பற்றிக் கவனமெய்யடாடல் நூறு அளவாட வாழ்க்கையில் எத்தனை சலிப்புகள், குரவ்கள், சாபங்கள், அழுதங்கள்... இன்றும் நின்றபலே நிகழ்ந்து கொண்டு இருக்கின்றன.

அடுத்தவர்கள் நம்மைய் பற்றிச் சொல்வதை விடுங்கள். நமக்குள் நாமே பேசிக் கொண்டு, இருக்கிறோமே. இதற்கும் இதே சக்தி உண்டு தானே! அம்மன சாந்தாதேவியார் கூறுவீரார்,

"அடுத்தவரைப் பற்றித் தீ பேசும் போது அந்த வார்த்தைகள் உள்நுழை இருந்து எழும்போது முதலில் அது உன் மனதை பாதிக்கிறது. அப்போது செய்கிறது. பிறகுதான் வெளியே வந்து அடுத்தவரைக் காயம் செய்கிறது"

என்கிறார். ஒவ்வொரு வார்த்தைக்கும் சக்தி இருக்கும்போது கண்டிப்பாக அது எழுந்த இடத்தைப் பாதிக்கத்தான் செய்ய வேண்டும். துப்பாக்கியில் இருந்து குண்டு வெடித்தாலும், பிறக்கும் இடத்தில் அந்த எந்தையும் வெடித்ததனால் சிதறலும், தேய்மானமும் இருக்கத்தானே செய்யும்! பிறகுதான் அடுத்தவரின் மானம் தோக்கிப் பார்க்கிறது. இப்போதுதான் பார்க்கிறோமே, ஆய்களில் நடந்து வருகின்ற அழிவினை. இதற்கு முன் அமெரிக்காவை அது அல்ல எவத்தது. அதற்குக் காரணம் அமெரிக்காவின் கொடுமையான நடவடிக்கைகள் என்கிறது ஆய்கள்.

சரி, இப்போது நம்மை டுரிசொதவை செய்து பார்க்கிறோமா? அடுத்தவர் என்னைத் திட்டினார், கொடுமைப்படுத்தினார்... இதெல்லாம் சரி. நம் மனதினுள் தாம் என்ன செய்கிறோம். ஒருகணம் கூட நிற்காத சித்தனை ஒட்டி கொண்டு இருக்கிறது. அடுத்தவர் நமக்குச் செய்த நேமை, துரோகம், வஞ்சகம் இதைப் பற்றியெல்லாம் போசித்துக் கொண்டு இருக்கிறது.



மஞ்சளா ரமேஷ்

அழகுக்கு அழகு செய்யும் காந்தக் கம்மல்கள்!!

அழகு அதிகரிக்க!
அதிகமான எலுட குறைய!!
கண், காது, மூக்கு,
தொண்டையைப்
பாதுகாக்க!!!
அணியுங்கள்
“காந்தக்
கம்மல்களை”



டெலி மார்க்கட் எங்கள்
விலை விலை ரூ. 90/-
ரூ. 999/-

உங்கள் பிறந்த
தேதிப்படி அதிர்ஷ்டம்
தரும் நிறக்கங்கள் இணைந்த
காந்தக் கம்மல்கள்
ரூ. 330/- மட்டும்

தேவபுரன் கருவியுடன் தயார் செய்து ஒன்றிந்த
ரூ. 40/- செந்து D.D. அல்லது M.O. ஓசூர் பெறலாம்.
V.V.P. கிடைப்பது, கூத ஆயிரம் வரைக்கு உப விவரங்களை
எட்டு ரூபாய்த் தயார் தயார் ஒட்டிய கவர் அனுப்புகிறீர்.

இவ்வீடும் பெங்களூர் வானது கருவிகன்,
பிரிடுகள் கிடைக்கும்.

தூரிலிங் மேக்னெட்ஸ் & கிரிஸ்டல்ஸ்

புதிய எண் 10, கோபாலகிருஷ்ணன் ஓடல் தெரு,
பாண்டி, பழநி, தி. நகர், சென்னை - 600 017
பேண் : 8218258/5735207/8224465

e-mail : nagaswathi@vsnl.net

website: www.bealingsnagaswathi.org

31.12.2001க்குள், கம்மல்

வாய்க்குபயர்கள் இந்த விளம்பரத்தை
எடுத்து வந்தால், அவர்கள்
குடும்பத்தினருக்கு ஸ்துது கைப்போ
பிரமிடிகள் இலவசம்.



விதோம். இவையெல்லாம் சினிமா ஃபிளாஷ்பேக்
போல ஒடிக்கொண்டே இருக்கிறது.

“அவ பண்ணை காரியம் திணைச்சு திணைச்சு
எனக்கு ஆறுபிடி இல்ல தெரியுமா”
என ஆற்றாமைபோடு சொல்கிறோம்
“என்னமா பேசினா தெரியுமா. அப்படியே
கருண்டு போய்ட்டேன். இப்ப திணைச்சா
கூட துக்கம் தொண்டையை வறட்டுது”

இன்னும் திறைய சொல்லிக் கொண்டே போக
லாம். இதெல்லாம் தம் மனசில் ஒடிக்கொண்டே
இருக்கிறதே. இவையெல்லாம் தம் உடலில் எத்
தனை இராசபல மாற்றங்களை ஏற்படுத்தும்?
உடலை எல்லாவும் பலவீனப்படுத்தும்? இரத்த
அழுத்தம், உடம்பெங்கும் வலி, ஆய்ந்துமா என
அவரவர் உடலின் பலவீனமான இடத்தில் நோய்
களாக மாறுகின்றன.

அடுத்தவர் செய்ததை திணைப்பது மட்டு
மல்ல, தாம் அடுத்தவரைப் பற்றி திணைக்கும்
வார்த்தைகளும் வீரியமானவைதான்.

“எப்படி போரா பாரு தனக்கி, மிஷ்டுக்கிண்டு.
புதுசா கைவரத்தோடு வாங்கிக்கொண்டாறாம்.
மறக்கம்”

இதை அப்படியே திருப்பி தல்லதிற்கும் வைத்
துக் கொள்ளலாமே! எப்போதும் அடுத்தவர்
கணைப் பற்றிய தல்ல மாதிரியான சித்தனை, தல்ல
குணங்களைப் பார்ப்பது, அன்பான உதவும்
தோக்கு என வளர்த்துக் கொண்டொமானால் மன
தில் இனம்புரியாத ஆனந்தம் திவ்விருந்து. பல
வியாதிகள் தானே குணமடைந்து விடுகின்றன.

சரி, எப்போதும் தல்லதிக நடக்கிறதா? தாம்
பேசாமல் இருந்தால் கூட அடுத்தவர் வந்து
விழுந்து கிடக்கிறார்களே, அதற்கு என்ன செய்ய?

‘ஒரும் தானைக் கண்டால் தூரத்தும் தாய்க்குக்
குடி’ என்பார்கள். இது எல்லா திணைக்குமே
பொருத்தும். தாம் ஒன்றைப் பொருட்படுத்தித்
தணையல்கடுத்துப் பார்த்தால்தான் அது தய்மைப்
பற்றிக் கொள்கிறது. கவனிக்காமலே போய்க்
கொண்டே இருந்தால் அது பாட்டுக்குப் போய்
விடும்.

இந்த ‘டெக்னிக்’ தம் வளர்க்கையில் பயிற்சி
செய்து வரவழைத்துக் கொள்ளலாம். உடனானா
லும், மனமானாலும் பலவீனமாக இருந்தால்தான்
‘இன்பெக்ஷன்’ வரும். பலமான மனிதனை எத்த
தோடும், எத்த சித்தனையும் பலவீனப்படுத்த முடி
வாது.

தாய்க்கெல்லாம் செய்கிற பயிற்சியைச் சொல்
வட்டுமா? உங்கள் மனத்தில் என்னும் ஒடிக்கொண்டே
இருக்கிறது இல்லவையா? அந்த பாறிரி
ஒடுகிறது என்ற விஷயத்தையே முதலில் உண
ருங்கள். சில திமிஷங்கள் உங்கள் மனம் எப்படி
பெய்லாம் தாவுகிறது என்று வேடிக்கை டாகும
ன். ரொம்ப சுவாரஸ்யமாக இருக்கும். பக்கத்து

விட்டு அம்மது பற்றி யோசிக்க ஆரம்பித்த மூன்று வது நிமிடம் பீரோடென் வரை போயிருக்கும்.

ஒன்றிலிருந்து ஒன்று எனத் தாவித்தாவி ஒடிக்கொண்டே இருக்கும் அதற்கென்ற ஒரு வரை முறையோ, கட்டுப்பாடோ அதற்குக் கிடையவே கிடையாது. உன்னை நுட்பம் குறங்கூடப் பற்றி நாமும் உணராததால் அதுபாட்டுக்கு இடம் துக்கு ஒடிக்கொண்டே இருக்கும் சமூக சித்தனை, விட்டு யோசனை, முண்பற்றாததனால் தந்தனரா குத்தல், நரிமணத்தில் எண்ணெய், சிவகப்பூ கப்பல் என ஒடிக்கொண்டே இருக்கும் முதலில் அதன் போக்கைக் கொஞ்ச நூழி வேடிக்கை பார்த்தாலே நாம் எவ்வளவு கட்டுப்பாடு இலவசமாக இருக்கிறோம் எனப் புரியும்.

குழந்தைகளைக் கொல்கிறோமே. "ஒரு நிமிஷம் கம்மா இருக்கியா? என் பிராணனை வாங்கறதுக்குன்னே வந்திருக்கே" என்போம் குழந்தை இருக்கட்டும் உங்கள் மனைக்கு ஒரு நிமிடம் கம்மா இருக்கக் கொலறங்கள், அது திறந்ததா எனப் பாருங்கள். அடுத்த செகண்ட் ஆஸ்திரேலியாவில் இருக்கும் துமக்குள இருக்கும் நம் மனைக்கு நம்மால் கட்டுப்பாட்டற்றது கொண்டு வர முடியவில்லை. ஆனால் அடுத்ததொரு அது கனையனோ, மனைவியோ, யாரோ நம் பெக்கைக் கேட்ட வேண்டும் என நினைக்கிறோம். என்ன வேடிக்கை!

இளையெல்லாமே உரை ஆரம்பித்து விட்டாலே நாம் உலகைக் காணும் கண்ணோட்டமே மாறிவிடும். இதைத்தான் 'உண்ண உணர்' என நாம் பெரியவர்கள் அப்போது மனதில் விவரமான எண்ணங்கள் குறைவும். நோன்றினாலும் இது தவறு என நாமே உணர்வோம்.

ஒரே ஒரு கணம் மனதிலே சித்தனையே இவ்வளவு இருக்க முயற்சி செய்து பாருங்கள் அப்படியே வெற்றிடமாக இருக்கலும் ரொம்ப ஆனந்தமாக இருக்கும் அந்த அனுபவம் அந்த ஒரு செகண்ட் உங்கள் சாதுவனயாவ அதிகரிக்கச் செய்யுங்கள். ஒவ்வொரு நாளும் நூறு நிமிடம் அப்படி இருப்பீர்கள். அருமைபாக இருக்கும்.

வெற்றிடத்திலே ஏதாவது பிரதிபலிக்கும், பலிக்காது. அப்பே வார்த்தைகளை எந்த இராசாவை மாறுதல்களையும் ஏற்படுத்தாது அடுத்தவரின் வார்த்தையோ, நம்முள் தவறான கொள்கை சித்தனையோ நோன்றி பாடுகாது. இந்தப் பரிஞ்சிவினால் நாம் என்ன செய்ய வேண்டும் என்று நினைக்கிறோமோ அதைத்தான் செய்கிறோம் எதிராளியால் பாதிக்கப்பட மாட்டோம்.

வாழ்வில் வெற்றியின் இரகசியமே இது தான். மனமெனும் சாவி நம் கையில் இருந்தால் எதனைத் திறக்கலாம், முன்பேற்றத்தின் கதவை அடுத்தவரிடம் சாலையைக் கொடுத்து விட்டு அல்லாடாதீர்கள்.

புத்தல் பொற்றிப் பதனாக வேண்டிய திறம்

ஆல்பாய்

சுசிரியர் : ரமேஷ் மஞ்சனா

நவம்பர் 2001

விலை ரூ.20/-

தீபாவளி இரட்டைச் சிறப்பிதம்!

இந்த இதழுடன்

பூஜிக்கப்பட்ட

ஸ்ரீலக்ஷ்மி குபேரன் & தன ஆகர்ஷண பைரவர் காசு

கத்தசஷ்டி பாராயணத்திற்கு

ஸ்ரீசிவசுப்ரமணிய த்ரிசுதி & கந்தசஷ்டி கவசம்

- இணைப்புப் புத்தகம்

வழித்துணை வடிவேலன்

- தீன வண்ணப்படம்

ஸ்ரீ குருவாபுரப்பன்

- பாக்கெட் ஸைஸ் வண்ணப்படம்

மற்றும் ஏராளமான தீபாவளி சிறப்புச் செய்திகள்

ஸ்ரீ அன்னை பப்ளிகேஷன்ஸ், 'வித்யாபாடி', 7, அருணாசலபுரம் 2-வது தெரு, அடையாறு, சென்னை - 600 020.
தொலைபேசி : 4912231, 4908529

மங்கையர் மலர்

ஜனவரி
2002

மருத்துவச் சிக்லைன்கள் சிறப்பிதழ்

வத்தைப் பற்றிய பல்
வேறு அபிப்பிராய பேதங்
கள் பொதுமக்களிடையே
இருக்கின்றன. ஆங்கில
மருத்துவம் எனும் அலோ
பதியில் தேனையில்லா
மல் பல பரிசோதனைகள்,
ஆபரேஷன், எக்ஸ்சக்க
மான செலவு, ஐந்து
நட்சத்திர ஹோட்டல்
போல ஆடம்பரம் எனச்
சொல்கிறார்கள். அதே
சமயம் அவசர, ஆபத்
திற்கு டாக்டர்கள்தான்

- இது வழக்கமான மருத்துவர்
பேட்டி. நவீன மருத்துவம் பற்றிய
விளக்கங்கள் என்பதாக இல்லா
மல் ஒரு வித்தியாசமான
சிறப்பிதழாக இருக்கும்.
என்ன வித்தியாச
மான சிறப்பிதழ்?

இன்றைய மருத்து

தெய்வம் போல காக்கிறார்கள்.

பாரம்பரிய மருத்துவம் எனச் சொல்லப்படும் சித்தா, யுனானி, ஹோமியோபதி, ஆயுர்வேதம் என சிகிச்சை முறைகளில் ஏராளமான பிரிவுகள், தவிர இப்போதைய புதிய விழிப்புணர்வாக யோகா, பிராணாயாமம், அக்குபிரஷன்... இன்னும் நிறைய முறைகள். இதிலும் குறைகள் உண்டு. நிறைகள் உண்டு.

ஆக, நோய்வாய்ப்படும் மனிதர் எங்கே, எந்த வழியில் போனால் பாதுகாப்பு? குழம்பி திற்கிறோம்! இவற்றைப் பற்றிய சிந்தனையாகத்தான் நமது மருத்துவச் சிந்தனைகள் - சிறப்பிதழ் மலர இருக்கிறது

உலகம் முழுக்க

இருக்கும் நமது

சகோதர,

சகோதரிகள் -

* மருத்துவர்களாக பல

நலனா விஷயங்களை

அறிந்தவர்களாக

இருப்பார்கள்

- நோய்வாய்ப்பட்டு

பாதிக்கப்பட்டு சிகிச்சைகள்

வேறுபட்டு நிவாரணம்

ஏபற்றிருப்பார்கள்.

- 'கண்டு, கேட்டு, உண்டு', உணர்ந்து

பல உண்மைகளை அறிந்தும்

இருப்பார்கள்.

- இப்படிப்பட்ட நமது

வாசகர்களும் தங்கள்

மருத்துவச்

சிந்தனைகளை சக

வாசகர்களோடு

பகிர்ந்து

கொள்ளத்தான்

ஒரு மாதத்திற்கு

முன்பே இதனை

அறிவித்திருக்கிறோம்.

ஆக நமது

மருத்துவச்

சிந்தனைகளை

சேர்ந்து

தரங்கேற்று

வோமே!

மங்கையா



உங்களுக்குத் தெரியுமா?

• ஆஸ்ப்லானிஸ்தானில் பெண்களுக்கு ஸ்கூல் போக அனுமதி வில்லை. வீட்டிலும் படிக்க முடியாது (அ) கூடாது.

• பெண்கள் வீட்டிற்கு வெளியே வெளவ செய்பது கூடாது. பக்கைக் கழகத்தில் நுழைய முடியாது.

• தங்கள் உறவினர்களைத் தவிர பிற ஆள்களுடன் பேச வேண்டுகளுக்கு அனுமதிவில்லை.

• வீட்டை விட்டு வெளியேறும் பெண்கள் 'பாகா' (பாதா) கனடிய பாக அணிந்திருக்க வேண்டும். ஆண் துளையுடனான வெளியே செல்ல வேண்டும்.

• ஆண் டாக்டர்கள் பெண்களுக்கு மருத்துவம் பராக்கலோ ஆபரேஷன் செய்யலோ முடியாது அப்படியே பரிசோதனை செய்ய வேண்டுமானால் அவ்ருடைய ஆண் உறவினரின் முன்னிலையில் பாதா அணிந்து கொண்டேதான் பரிசோதனைக்கு உட்பட வேண்டும்.

• குழந்தைகளுக்கு ஆபத்தான சூழ்நிலை என்றால் கூட ஒரு தாய் ஊரடங்கு சட்டம் சமூகத்தில் வெளிவரக் கூடாது. மீதினால் அவள் கட்டுக் கொல்லப்படுவது நிச்சயம்!

• பெண்கள் இருக்கும் வீட்டினுள்ளலில் பெயின்ட் கனடியப்பாக அடித்திருக்க வேண்டும். வெளி மனிதர்கள் அவனைப் பரர்க்கக் கூடாது.

• பெண்களின் காதில் இரை என்பது விழவே கூடாது. டெலி லீஷன்; ரேடியோ, கரகூட போன்றவைகளுக்குத் தடை.

இன்றும் சொல்லிக் கொண்டே போகலாம் 1990, செப்டெம்பர் 21 அன்று தாலிபன் எவ்றும் அமையு ஆப்கானிஸ்தானில் அரசு அமைத்த விருந்தே பெண்கள் பாடு நிண்டாட. டம்தான மிகக் கொடுமையான, நடைமுறைக்கு அறவே ஒத்து வராத நிபந்தனைகள்.

தாலிபன் அமைப்பு வருவதற்கு முன் ஆஸ்ப்காவ் பெண்களின் சமூக



நிலை இப்படி இருந்தது -

• கர்ப்பம் பல்பைக்கழகத்தில் ஆசிரியைகளாக அறுபது சதவிகிதத்தினர்.

இக் கட்டுரையின் வெளிகள் போக்கு முன் பல வெளிநாட்டுப் பத்திரிகைகள், இன்டர்நெட் தரும் தகவல்களிலிருந்து சேகரித்தவை. 'அல்லல் உற்று ஆற்றாது தாயும் கண்ணிருக்கு' யாரும் பதில் சொல்லியே ஆகவேண்டும் என்பது போல் இருக்கிறது. இன்றைய போர் நிலவத்தால் ஆப்கானிஸ்தானத்தில் ஆசிரியைகள், அகதிகளை வெளியே வரும் பெண்கள் பள்ளியில் மகிழ்ச்சியைப் படிப்பதாக வேட்டான். தகவல்.

• காபுல் பல்கலைக்கழகத்தில் மாணவிகளாக ஐம்பது சதவிகிதத்தினர்.

• அரசு அலுவலகங்களில் ஐம்பது சதவிகிதம் பெண்கள்.

• பள்ளிக்கூட ஆசிரியைகளாக எழுபது விகிதம் பெண்கள்.

• பெண் மருத்துவர்களாக 40% பெண்கள்.

பெண்களை வீட்டை விட்டுப் படிக்கவோ வேலை செய்வவோ அனுமதிக்க மறுத்ததால் பல பள்ளிக்கூடங்கள் மூடப்பட்டு விட்டன!



1994ம் வருடம் பாபிஸ்தானின் சுற்றுப்புற பகுதிகளில் இருக்கும் அகதிகள் மையம் மற்றும் மதம் போதிலும் பள்ளிக்கூடங்களுக்குச் சென்று படிக்காத இஸ்லாமியர்களால் ஆரம்பிக்கும்பட்டதுதான் தாலிபன் அமைப்பு. தாலிபன் என்றால் 'இஸ்லாமிய மதக் கல்வியின் மாணவர்கள்' என்று பொருளாம்! இந்த அமைப்பின் தலைவர் 33 வயதேயான முகமது ஒமர்.

31ம் வருடத்திலிருந்து ஆய்களர் பெண்களுக்குத் தெரில்லாதான் ஏகப்பட்ட கட்டுப்பாடுகள். காபுலில் மட்டுமே சுமார் மூப்பதாயிரம் பெண்கள் விதவைகளாக அல்லல்படுகின்றனர். இவர்களுக்கு வேறு ஆண் உறவினர்கள் அல்லது துணை இல்லை. குழந்தைகள் மட்டுமே இருக்கிறார்கள். பிச்சை எடுத்துப் பிழைக்க வேண்டிய நிலை. பிச்சை செய்த பெண்கள் கூட பிச்சை எடுக்கிறார்களாம்.

தாலிபன் பெண்களுக்கெதிராக ஒரு கோரமான போரை நடத்தி வேடிக்கை பார்த்துக் கொண்டிருக்கிறது. தலையில்லிருந்து கால் வரை முழுவதும் போர்த்திக் கொண்டு கண்களுக்கு மட்டுமே ஒரு சிறிய வளை பார்ப்பதற்கு எல்லா சிறையிலிருக்கிறார்கள் பெண்கள். நகங்களுக்கு நகப் பூலிஷ் போட்டுக் கொள்ளக் கூட பெண்களுக்கு அனுமதியில்லை. மீறினால் வை கால்களையே வெட்டி வெறிந்து விடுவார்களாம். நடக்கும் போது கண்களால் தெரிந்தால் கூட பயங்கரமான விளைவுகளை அடையப் பெண் சந்திக்க நேரிடும்.

தாலிபனின் காலில் துறையில் விடலைப் பையன்கள்தான் அதிகம். ஆயுதம் ஏந்தி தெருவில் ரோந்து சுற்றிக் கொண்டே இருப்பார்கள். உடைத்து போன கார் ஏரிலில் அல்லது மின்சார கேபிள் கம்பிகளை கழற்றிக் கொண்டு பெண்களை கடி இரக்க மில்லாமல் அடிப்பதுதான் இவர்களுக்கு 'உடமை'!

ஹெராத நகரில் நாதேர் கிளா என்ற பல் மருத்துவர், இவரிடம் சிகிச்சைக்கென வந்த பெண்களை சாட்டையால் அடித்து விரட்டினார் தாலிபன் காவலர்கள். டாக்டரையும் சைது செய்து அவரது கிளினிகிலிருந்து சில வைத்து விட்டனர். அந் நகரில் பெண் மருத்துவர்களும் கிடையாது.

Horlicks
more than just a drink



| அப்போ... பரீட்சை யார் கேக்கறது |



அம்மாவுக்கு எப்படி தெரியும் ?

தாரா என்னோட பெஸ்ட் ஃப்ரண்ட்.. ஏன்னா... நெதைய விஷயங்களில் எங்க ரெண்டு பேர் விருப்பமும் ஒரே மாதிரி இருக்கறதால, கார்ட்டூன், டேன்ஸிங், ஐஸ்க்ரீம்... அப்பறம் ராத்திரியில ரெண்டு பேரும் ஒருநீநர் வீட்டில மாதிரி மாதிரி ஒண்ணா தங்கறது எங்களுக்கு ரொம்பவே பிடிக்கும்.

இன்னொரு ஹாரிலிக்கு குடிக்கறதுக்கு அம்மா எங்க ரெண்டு பேரையும் கீழே வரச்சொல்லி கூப்பிட்டப்ப, ரெண்டு பேர் மனசிலும் ஒரே கேள்விதான். இன்னொரு ராத்திரி தாரா வீட்டை நான் தங்கறதுக்கு அம்மா சிட்டே யார் பரீட்சை கேக்கறதுன்னு. "நீ சொல்லு..."

என்னால முடியாது... நீயே கேளுன்னு" ரொம்ப நேரம் நாங்க சைகைகளிலே பேசினப்பறம் நானே

கேக்கறதா முடிவு பண்ணேன். ஹாரிலிக்கு கப்பை அம்மா என் சிட்டே திட்டினப்ப "அ...ம்...மா"...ன்னு நான் ஆரம்பிக்க, உடனே அம்மா என்ன கொன்னாங்க தெரியுமா? "...இன்னொரு ராத்திரி நான் தாரா வீட்டை தங்கலாமா" அப்படின்னு நான் பேசற மாதிரியே பேசினாங்க.

அம்மாவுக்கு எப்படி தெரியும்?

ஒரு சில விஷயங்கள் அம்மாவுக்கு தானாகவே தெரியும். அவற்றை யாரும் சொல்லுவே தேவையில்லை, எல்லாவற்றையும் விட விலை மதிக்க

முடியாதது என் அவன் நினைக்கும்

ஒரு சில விஷயங்கள் ஹாரிலிக்ஸைப் போல, நன்கு குடும்ப ஆரோக்கியத்துக் கென்றே தயாரிக்கப்பட்டது.



கேள்வி: அம்மாவுக்கு எப்படி தெரியும்?

வட்சக்தனக்கான தாய்மார்கள் அறிந்து வாங்குவது

சமூக அனாதை வேண்டிய மூலம்: 'அம்மாவுக்கு எப்படி தெரியும்', P.O. Box: 15, Gurgaon-122002, ஏப்ரல் 31, 2001க்கு வந்ததைத் தவிர்த்தல் மொண்டம், அத்தனை ஏதே வகையில் உபயோகித்துக் கொள்ள உரிமையுடைய 550+ பெற்றோர்.

பலிக் கொடுமைவினாப் பல பெண்கள், குறிப்பாக விதவைகள் விபரத்தில் ஈடுபடுகிறார்கள். மரண தண்டனை என்று தெரிந்தே இத் தொழிலிற்குப் பெண்கள் வருகிறார்கள். கோணாறு என்கிற பெண்ணிற்கு அவள் தெருவில் அவளுடைய உறவினரல்லாத ஆண் மகனுடன் வெளியே நடந்த குற்றத்திற்காக தூறுகளைப்படி கொடுக்கப்பட்டது. இதுவே மிகக் குறைந்த தண்டனையாகும். ஏனென்றால் அவள் ஒரு அனாதை. இதுவே திருமணமாகி விருந்தால் முச்சந்தியில் அவளை தற்கொலை செய்து கல்லால் அடித்துக் கொல்லுதலால் தண்டனை.

ஆஃப்கான் பெண்களின் வேதனை, அவசக் குரல் அவர்கள் தாட்டையும் மீறி சர்வதேச நற்பணி அமைப்புகளின் காதுகளுக்கு எட்டி, இன்று அவர்கள் இந்த அமைப்பு பெண்களுக்கு ஆதரவாக குரல்கொடுக்க ஆரம்பித்திருக்கிறார்கள் முக்கியமாக பாஸ்தானிஸ்தானிலுக்கும் Revolutionary Association of the Women of Afghanistan (RAWA) என்ற அமைப்பு வேதனைகளை பாடுபடுகிறது.

தமீம் அன்சாரி என்ற அபகான் - அமெரிக்க எழுத்தாளர் தாலிபனை பற்றிக் குறிப்பிடும்போது, "தாலிபன் என்றாலே தூதி என்று நினைவு கொள்ளுங்கள் பின்னாலே உள்ளதால் ஹிட்லர் குர்பாகத்திற்கு வர வேண்டும் அபகான் மக்களுடைய நிலைமையை பார்ப்பதும் போது ஐதாக்களை அரசியல் வாதிகளைப் பாதுகாக்கும் இடத்தில் வைத்திருந்ததை நினைவு கொள்ளுதல் வேண்டும்.

சில வருடங்களுக்கு முன்னால் கிடைத்த தகவல்படி அப்கானின் ஜனத்தொகையான இருபது மில்லியனில் ஐந்து வட்சம் கன்னமுற அனாதை மக்களாம். அத்தாட்டிற்கென்று எந்தப் பொருளாதாரமும் கிடையாது. உணவு கிடையாது. விதவைகளின் எண்ணிக்கையே பல வட்சங்கள். ஆப்கான் மண்ணில் புதைந்து கிடக்கும் அபாய வெடி குண்டுகள் மிகவும்

வெகலத்தூரியது" என தன் புத்தகத்தில் குறிப்பிடுகிறார்.

பலகான்சேஷ் புரட்சி எழுத்தாளரான தஸ்மீன் தஸ்ரீன், தூர்தூதரம் என்ற பெண்ணிற்கு தேர்த்த கொடுமைகளை விவரிக்கிறார் : "இருப்பு வரை புதைக்கப்பட்டு தலை மட்டும் வெளியே அணை மீது கல்லை விட்டெறியும் போது என உடலிலும் கல் என் தலை, தெற்றி, மார்பு தோள்களில் கல்லடி, அவர்களோ வெறித்தனமாக சிரித்துக் கொண்டே கல்லை விட்டெறித்து கொண்டேயிருக்கிறார்கள். கடவே சர்க்கையும் செய்கிறார்கள். தூர்தூதரனின் தெற்றி பிணத்து ரத்தம் கொட்டுகிறது. என் தலையிலும் ரத்தத்தை உணருகிறேன். அவளுடைய விழிகள் பிளவு பட்ட போது என் விழிகளும் பிணத்து போன்று" என மனம் வெதும்பி எழுதுகிறார்.

ராஷா (RAWA) அமைப்பின் திருவணரான மீனா என்ற பெண்மணி அப்கானின் வீருக்கு வெளியேறிய தன் பயணத்தை "ஒருப்போதும் இனி, இரும்பு மாட்டென்" என்ற தலைப்பில் கவிதைலாக்கி இருக்கிறார்.

உறங்காமல் எழுத்து கொண்ட பெண் தான்

எரிந்து போன என் செவ்வகவின் சாய்மலிவிருத்து

குறைக்காததாக எழுத்து விட்டேன்

என எழுதிக் கொண்டே போகிறார் காயல் பெண்களின் பக்கம் உலகின் பார்வை இரும்பி விருக்கிறது இவர்கள் தங்கள் ஜன்னல் கதவை திறக்க வேண்டும். உச்சியிலிருந்து உள்வாங்கால் வரை சொந்திக் கொண்டு மௌன அழமுடிக அடும் இப் பெண்களின் சோக ராகம் ஒவ் சொருவனரையும் சென்றடைய வேண்டும். ஒரு விபுலனை தோக்கி இவர்கள் பயன்பட்ட வேண்டும் என்பதிக நம் வாய்மையைய பிரார்த்தனை!

— ஸ்தா சேகர்



கோதுமை நவை உப்புமா செவிய வும், நவை உப்புமாவுக்கும் போடுவது போல எல்லா வகை காய்கறிகளையும் போட்டுச் செய்யலாம், கனவயாக இருக்கும். வலிநொம்பி தவ் ஆங்கி இருக்கும்.

— ஸ்கிப் ரீங்கோதன்.

புதிதா ஜீரண உற்புட்களின் தகைகளை தளர்த்தி பசியைத் தூண்டும் ஆம் நம் பெற்றந். பசியின்றி மந்தமாக இருக்கும் போது புதிதா எப்பிட்டால் இவற்றை பாக பசிபெடுக்கும்.

- பத்மஜா சாமகோபால்.



பி ல் ர ர த்

ம ரு த் து வ ம னை

வயிற் சம்பந்தப்பட்ட அனைத்து நோய்களுக்கும்
ஒர் முழுமையான தீர்வு.

அல்ட்ராசானிக்
முறையுடன்
லேப்ராஸ் கோப்பி
சிகிச்சை



மூல நோய்க்கு
அறுவை
இல்லா

Rx

சிறப்பு சிகிச்சைகள்:

- ☐ அல்சர்
 - ☐ அபண்டிஸைடிஸ்
 - ☐ கார்ப்பப்பை நோய்
 - ☐ பித்தப்பை கற்கள்
 - ☐ குடல் இறக்கம் (Hernia)
 - ☐ ஓவரியில் கட்டி எடுத்தல்
 - ☐ குடும்பக் கட்டுப்பாடு
- சிகிச்சை

★ லேசர் சிகிச்சை,

★ கிரையோ சிகிச்சை

மற்றும் கதிர்வீச்சு சிகிச்சை

சிறப்பு அம்சங்கள்

- ☐ ரத்த இழப்பு இல்லை
- ☐ தழுப்பு ஏற்படாது
- ☐ உடனே பழைய நிலைக்குத் திரும்பலாம்



BILLROTH HOSPITAL
24 HOURS SERVICE

43, ஸ்டீக்மி திரையுறை கானல், சென்னை நகர்,
சென்னை-600030. போன் : 6440020 / 6441777.



original Lanka Jewellers

Shop for Rs. 100,000 or more.

get gold gifts at OKJ!

Shop below Rs. 100,000.

get jewel gifts at OKJ!!

OKJ
DIPAWALI
MALAAR

~~~~~

Oct.26th - Nov. 14th

Yes, OKJ welcomes this festive season as never before!  
Drop in and discover the latest glittering collections...  
get surprised by the breath-taking designs...receive  
your free gold gift!

Go on, celebrate this Dipawali Malaar with gold!!!

OKJ  
JEWELLERS SINCE 1973

#91, Usman Road, T.Nagar, Chennai - 600 017. Ph.: 434 0027, 434 5809. Fax: 434 4819

OPEN ON SUNDAYS - 4th & 11th NOV.



சரளமாக ஆங்கிலம் பேசத் தயங்கும் எத்தனையோ பெண்மணிகளில் நானும் ஒருவள். சிட்டி ஸ்கூலில் தவிர்க்க முடியாத எத்தனையோ சந்தர்ப்பங்களில் தனக்குத் தெரிந்த எத்தனையோ விஷயங்களை மற்றவர் பேசும் போதும், சரளமாக ஆங்கிலம் பேசும் போது எது பிழையாகுமோ என்று தயக்கத்தாலேயே வாய் திறக்காமல் மௌனமாகி விடுகிற பெண்கள் நிறைய இருக்கிறார்கள். எல்லோருமே சிட்டியில் அல்லது ஆங்கில மீடியத்திலேயே படித்தவர்களாக இருக்க முடியாது. 11 வருடங்களுக்கு முன் அந்த வசதிகளும் இல்லை.

ஆங்கில மீடியத்தில் படிக்க வைப்பது அதிக செலவு, தேவையில்லா அல்லது தங்கள் நாய்மொழியில் படிப்பதுதான் சிறந்தது என்று நினைத்த காலங்களில் படித்த பெண்கள் இன்று தாய் மாதிரிகளாக தங்கள் குழந்தைகளுக்குச் சரிசமமாக ஆங்கிலத்தில் உதவி

# இங்கிலிஷில் பேசாதது ஒரு தனி புரி



யாடி மற்ற வர்களுடன் சரிசமமாக தான் இருக்க முடியாமல் ஒரு தமிழ் மனப்பான்மையை மனதில் கனமவாக வளர்த்துக் கொண்டு இருக்கிறார்கள்.

சமீபத்தில் லீஜ்ய் டிவி. ஸ்டூடியோ திரபாரில் ககாசினி மனிரத்னம் அளித்த பேட்டியிலும் இதுபற்றிக் குறிப்பிட்டு இருந்தார். (மறு ஒளிபரப்பு). ஒரு திரையரங்க நடிகையாக புத்திசாலிவாள் பெண்ணாக எல்லா தென் இந்திய மொழிகளையும் சுற்று நாளாகவே டப்பிங் இல்லாமல் சரளமாகப் பேசும் பெண் அவர். அப்படிப்பட்டவர் வெளி இடங்களுக்குச் செல்ல நேரிடும் போது மற்றவர்கள் ஆங்கிலத்தில் உரையாடும் போது தமிழ் மீடியத்தில் படித்த தனக்கு ஆங்கில வர்த்தைகள் தடுமாறுவதாகக் குறிப்பிட்டுப் பேசினார். சில வார்த்தைகளுக்குத் தமிழில் விளக்க முடியாது

போய் ஆங்கிலத்தில் சரிவாக மனத்தில் இருக்கும் விஷயங்களை சரளமாகப் பேச முடியவில்லை என்று கூறினார்.

தமிழ் மீடியத்திலும், கிராமப் பள்ளிகளிலும் படித்த எத்தனையோ பெண்களுக்கு இன்று இது ஒரு பிரச்சினையாகவே இருக்கிறது. எவ்வளவோ ஆங்கிலப் புத்தகங்கள் படித்துச் சரளமாக எழுதக் கற்று நிறைய விஷயங்கள் தெரிந்து வைத்தபோதிலும் நானு போர் மத்தியில் ஆங்கிலத்தில் உரையாட முற்படும் போது அவர்களுக்கு இணையாகத் தன்னால் பேச முடியுமா என்ற பயம், தாழ்வு மனப்பான்மையால் வாயைத் திறக்க முடியாமல் செய்து விடுகிறது.

நம் இந்திய மொழிகள் அனேகம். நான் ஒரு தமிழ்ப் பெண். படித்தது தெலுங்கு தமிழ் தாயாக கற்று பெங்களூர் வந்த பின் கன்னடம் கற்று ஹிந்தியிலும் சமாளிக்கத் தெரிந்தும் ஆங்கிலத்தில் உரையாட முற்படும் போது தாயாக ஒரு தயக்கம் தடையாகிறது. ஆங்கிலம் பேசுபவர்கள் எல்லாம் உயர்மட்ட கல்வி கற்றவர்கள் என்று எண்ணம் நம் மனத்தில் வேருன்றி இருப்பதுதான் காரணம். மற்ற இந்திய மொழிகளில் வேலைக்காரியுடன், மார்க்கெட்டில், கூடா விடுகளில் நம் தாய் மொழி தவிர மற்ற மொழிகளில் பேசும் போது அவர்கள் நமக்குப் புரியவைக்க உதவுகிறார்கள். ஆனால் அனாதையே ஒரு ஆங்கிலம் கற்றவர் (முக்கியமாக பெண்கள்) ஆங்கிலத்தில் உரையாட தடுமாறும் ஒரு பெண்ணை ஊக்குவிக்காமல் கேலியாகத்தான் பார்க்கிறான். அதனால்தான் அந்த முயற்சி முனையிலேயே கிள்ளி எறிவப்பட்டு அடுத்த முயற்சியைக் கைவிட நேருகிறது.

சமீபத்தில் ஒரு மகளிர் அசோசியேஷ

னுக்கு சென்ற போது, மீட்டிங்ஸில் ஆங்கிலத்தில் நிறைய போர் உரையாடியதால் கூச்சப்பட்டு சில பெண்கள் அடுத்த மீட்டிங் குக்கு வரவில்லை என்று அறிந்து வருத்தமாக இருந்தது. ஆங்கிலத்தில் சரளமாகப் பேச வராதவர்கள் திறமைசாலிகள் அல்ல என்பது உண்மை அல்ல. எத்தனையோ விஷயங்கள் விவரங்கள் அறிந்த பெண்கள் இந்த ஆங்கில உரையாடல் பிரச்சினையால் தங்கள் திறமை களை வெளியில் சொல்லக் கூச்சப்பட்டு எத்தனை சந்தர்ப்பங்களை நழுவி விட்டிருக்கலாம். அந்தப் பெண்ணைப் பற்றி நன்கு அறிந்த பெண்கள் அந்தப் பெண்ணை மற்றவர்களுக்கு அறிமுகப்படுத்தி அவளின் அந்த கைவேலையைப் பற்றி, அவள் வீட்டை வைத்திருக்கும் நேரத்தி பற்றி, அவள் செய்யும் சமையல் பற்றிப் பேசி அவளை ஊக்குவித்தால் அடுத்த மீட்டிங்கில் அந்தப் பெண் கூச்சம் விட்டு நன் திறமையைக் காண்பிப்பாள்.

விட்டிலேயே இந்த முதலில் பின்பற்ற வேண்டும். கணவன், குழந்தைகள் உட்கு இது தேவையா? என்று ஒதுக்காமல் அவள் தயக்கத்தைப் போக்கி காதாரணமாக விட்டில் ஆங்கிலத்தில் பேச முற்பட்டால் கண்டிப்பாக மற்ற இந்திய மொழிகளைக் கற்றுப் பேசுவது போல ஆங்கிலத்திலும் சரளமாக உரையாட தயங்க மாட்டாள்! (அந்தக் காலத்தில் ஆங்கிலத்தில் பேச முற்பட்டால், இவ் பொரிய இவ், டஷ் புஷ்று புரியாத பாஷையில் ஆரம்பிச்சிட்டான்று ஒதுக்கிய காலம் அன்று)

— நிருபா போதனா

### இன்னொரு கோப்பை

குண்புரா முன் மிக்ஸை வைத்து குளோப் ஜாமுன்தான் செய்ய வேண்டுமென்பதில்லை. அதில் உப்பு, காரம், பன்னீர் சேர்த்துப் பிசைத்து பொரித்தெடுத்து 'கிரேவி'யில் போட்டால் அட்டகாசமான பன்னீர் கோப்பை ரொடி!

தயாராகி டின்னரில் செய்து அசத்தலாக...

- உஷா









மீரமாக தின்று கொண்டிருந்த  
விமானத்தை ஆவத்துடன் அஸ்  
ஸாந்து பார்த்தபடி, குழந்தைகள்  
மெல்ல படிக்கட்டுகளில் ஏறினா  
கள்.

"சஞ்சய்... பீ கோல்பஸ்" எசகரித்துப்பியே  
அவர்களைப் பின்தொடர்ந்து விமானத்தின்  
படிக்கட்டுகளில் நானும் ஏறத் தொடங்கினோம்.  
வக்ஸோருக்கும் பின்னால்,  
என கணவர், தேன்னட்  
பெக்ஷோடின்.

மகன் சஞ்சயைவரும்,  
மகள் சஞ்சனாவைவரும்  
இருக்கையில் அமரச்  
செய்து, அவர்களுக்கு சிட்  
பெய்ட் கணை சரியாகப்  
போட உதவி் செய்தபின்,  
வாயில் வைத்திருந்த காரைக்  
புத்தகங்களை அவர்ஸரிடம்  
கொடுத்தேன்.

"மம்மி... இண்டியா  
எப்ப வரும்?" இது  
சஞ்சனா!

"சரியாப் போகக் போ...  
இன்னும் ப்ரேஸை டேக்  
ஆஃப் ஆகவே' அதுக்  
ருள்ள இண்டியாவாக்குப்  
போயிப்படியா தீ!"

என இருக்கைக்கு வந்த  
மார்து, விமானப் பணிப்  
பெண்ணின் ஆரம்ப உபசா  
ரங்களை ஏதற்பின்,  
வெளியே எட்டடிப் பார்த





தேன்.

சஞ்சனாவைப் போல வாய் விட்டுக் கேட்காவிட்டாலும் எனக்குள்ளும் தாய் மண்ணை மிதிகைப் போதும் ஆர்வம்தான்! இருக்காதா பின்னே? தான்கு வருஷங்கள்

இருக்குமே. அங்கு நாங்கள் கடைசியாகப் போய்! அதனால்தான் எங்கள் தான்கு பேருக்குமே நம் வீடு, நம் உறவினர்கள் என்னுள்லோளையும் பாரக்கும் உற்சாகம்! அதுவும் இத்தத் தடவை கம்மாவா? தீபாவளிஐய அங்கு கொள்ளடா அல்லவோ போகிறோம். அதனால் மகிழ்ச்சிக்கும், எதிர்பார்ப்புக்கும் கேட்க வேண்டுமா?

எங்கள் தலை தீபாவளி மட்டும்தான் நாங்கள் கடைசியாக இந்தியாவில் கொண்டாடிய தீபாவளி. உடனே இவருக்கு பர்மிஹராயில் வேலை விளடக்க, இங்கு இங்குவாந்திற்கு தங்கள் வந்து விளையாட்டுப் போல பதினைந்து வருடங்கள் ஓடி விட்டன. இரண்டு வருடங்கள் குக்கு ஒருமுறை ஊக்குப் போய், மாமிபார் மைமவாருடனும் என் அப்பா, அம்மாவுடனும் இரண்டு வாரங்கள் இருந்து விட்டு வருவோம். இரண்டு வருடங்களுக்கு முன்பு, இவர் அங்கு தான் இறந்த கம்பெனியை விட்டு விட்டு வேறு வேளையில் சேர்ந்திருத்ததால், லீவு போட முடியவில்லை. அதனால் அந்தத் தடவை தங்கள் செல்வது தடைப்பட்டது.

ஆயிற்று! விமானம் மேலெழும்பி தல்வ உபரததுக்குத் தாவத் தொடங்கியது. தவிரோ

**அந்த  
நாளும்  
வந்தீடாதோ?**

**ஜெயந்தி பத்மநாபன்**

ஏர்போர்ட்டும், பிறகு கொஞ்சம் கொஞ்சமாக லண்டன் நகரம் முழுவதும் எங்கள் கண்களிலிருந்து மெல்ல மறையத் தொடங்கின. போன வகுட தீபாவளிவை மலம் நினைத்துக் கொண்டது.

**“சாரதா.. இந்தத் தடவை டிவாலி கெட்டு கெதர் எங்கள் வீட்டில் வைத்துக் கொள்ளலாம் என்று இருக்கிறோம். கமிங் சாட்டா டே! மறக்காமல் ஈவ்னிங் எல்லோரும் வந்து விடுங்கள்”** கிபோனில் என் சிநேகிதி சொல்வா அழைப்பு விடுத்தபோது மகிழ்ச்சியுடன் தலை அசைத்தேன். இது வெளிநாடுகளில் வாழும் எவ்வா இந்தியக் குடும்பங்களின் வழக்கம் தானே!

தம்முடைய பஞ்சாங்கத்தை வைத்துக் கொண்டு, அங்கு இந்தியக் கணக்குப்படி பண்டிகை கொண்டாட ஆசையாக இருந்தாலும், வார நாட்களில் ஒவ்வொருவரும் ஒவ்வொரு மூலையில்! அந்த சனிக்கிழமையன்று ஏதாவது ஒரு வீட்டில் கூடி, அவரவர்கள் செய்து கொண்டு வந்த இளிப்பி கார வகைகளைப் பரிமாறி வாழ்த்து கூறுவோம்!

நான்கு மறுநாள் தீபாவளி! முடிந்தவைகளை விடாமல் செய்து விட வேண்டும் என்று நினைப்பவள் நான்! அதனால் அருவிருத்த ‘மிரெஸ்டோ’ ஸ்டூட் சென்ட்ரலுக்குப் போய் லொயிட் பட்டர், அரிசி மாவு, ‘டிஸ்கர்டெட் கோகளைட்’ என்று எல்லாம் பார்த்துப் பார்த்து வாங்கிக் கொண்டு வந்தேன். எங்கள் வீட்டுப் பாரக்கிங் ஏரியாவில் காரை திறத்திப் பூட்டி விட்டு, எக்யுரைஜனை இழுத்து விட்டபடி, வீட்டினுள் துழையவும், குழந்தைகள் என் பின்

னாலேயே ஸ்கூல் வீட்டு வரவும் சரியாக இருந்தது.

எண்ணெயும், கரண்டியுமாக அடுப்பின் முன் தான் மும்முரமாக இருக்கக் குழந்தைகளுக்கு ஒரே குதூகலம்.

“அம்மா.. எனக்கு மிகளில் பூத்தி மட்டும் தனியாக எடுத்து வை..”

“மம்மீ.. சின்னச் சின்ன ஸ்வீட் பாக்ஸ் போடுவாயே.. விங் பூ பேக் இட் மம்மீ..”

“அது இங்கு இல்லடா கண்ணா. கோகுலாட்டிக்கு செய்யறது. தீபாவளிக்கு மிக்ஸ்கும், முறுக்கும், பர்கியும் செய்யலாமனு இருக்கேன்” என்றேன்.

“வா.. வ..! எவ்வளவு லொரைடி..! அத்தனை ரெசியும் டனக்குத் தெரியுமாம்மா!”

எனக்குள் சிரித்துக் கொண்டேன் நான்! ‘அத்தனை ரெசியோ!’ விபக்கிரான் என் மகன். இவன் என் பரட்டியும், அம்மாவும் செய்யும் பலகார வகைகளைப் பார்த்திருக்க வேண்டும்! எப்படிச் சூழிப்பானோ!

அதைச் சொன்னதும் குழந்தைகள் முகத்தில் விவப்பு!

“அங்கெல்லாம், தீபாவளி பரசேஷ்டு ஒரு மாசம் இத்தியா முழுக்க தே.. தேன்று இருக்கும். எங்களுக்குல்லாம் டிரஸ் வாய்க்கப் போற நாளிவெர்த்தே பண்டிகை ஆரம்பமாயிட்ட மாநிரிதான் இருக்கும்! அப்புறம், தீபாவளிக்கு ஒரு வாரத்துக்கு முன்னாலேவர்த்தே ஊர் முழுக்க பட்டாசு விட ஆரம்பிக்கடுவா! அம்மா, பரட்டியெல்லாம் பட்சணம் செய்ய ஆரம்பிக்கடுவா! மினிமம் நாலு ஸ்வீட் நாலு காரம் பண்ணியாகணும் ஒரோசு வீட்டுலயும்! தீபாவளிக்கு நாலு நாள் முன்னாடிவெர்த்தே, நாகக் ஸ்கூல் வீட்டு வரச்சே என்னையை காயற வரசனையும், சர்க்கரைப் பாகு வெக்கற டிரைமுமா, கல்யாணக் காளதான் போங்க!”

“இத்தனையும் பண்ணினா அயங்களுக்கு டயர்டா இருக்காநா மம்மீ..”

“டயர்டா! அந்தப் பேச்சுக்கே எடம்ஸ்லே! இருந்தாலும், பண்டிகை மும்முரத்துவ அந்தக் காய்ச்சக்க மாட்டாங்க அது மாதிரியில்ல சஞ்சு! இத்தனையும் சாப்பிட்டா ஜீரணம் ஆக குடும்.. அதுக்காக தீபாவளி மருத்து வேற பண்ணுவாங்க..”

“மருந்தா! அது கடையிலேயே கடைக்கு மேம்மா!”

“இல்லம்மா. அது இல்ல.. இது கேலியம் மாநிரி.. ஏழெட்டு சாமான் போட்டு விட்டுலேயே செய்யறது!”

“தீ இப்ப அதச் செய்வியாம்மா!” ஆர்வத்துடன் கேட்டபடி சஞ்சய் என் மடியில் படுத்துக் கொண்டான்.

“ம்.. த.. வந்து.. எனக்கு அது செய்வ ரியா



மைசூர்பாகு செய்யும் போது கடலை மாவுக்குப் பதில் பயத்தம் மாலைக் கொண்டும் செய்யலாம். பயத்தம் மாலை தெய்வியல் கரைத்துப் பின் சர்க்கரைப் பாகிய் விட்டுக் கிளறினால் அருமையான, கட்டியில்லாத மைசூர்பாகு கிடைக்கும்.

- சி. கவுதமி



திபாவளி சமயத்தில் அடுக்குமாடிக் குடியிருப்பு களில் குடியிருப்பவர்கள் கட்டாயம் ஜன்னல்களை மூடி வைக்கவும்.

யாரோ எங்கிருந்தோ விரும்பும் ராக்கெட் வானம் மூன்று தேரு தாண்டி வந்து மூன்றாவது மாடி அறைக்குள் நுழைய நிறைய வாய்ப்புகள் உள்ளன.

- உஷா



வராது..." வெட்கமும், அவமானமும் எனக்கு! சற்று நேரம் மௌனம்.

"ம்... அப்பறம்?"

"ஏய்... என்னடா... கதை கேக்கறிவா?" சிரித்தேன் நான். பிறகு, "காலங்கார்த்தால நாலு மணிக்கெல்லாம் எழுந்து, பட்டாக விட்டுட்டு தலைக்கு என்னெய் தேச்சுக் குளிக்கப் போயிடுவோம்."

"நாலு மணிக்கா! வேண்டி இட் பீ கோல்ட் அண்ட் டார்க்!"

"ஆமாம்தான்! குளிராவும், இருட்டாகவும் இருக்கும்தான்! அதை சொல்றியே, எங்க ரோடல் யார் வீட்ல மொதல்ல எழுந்து பட்டாக வெடிக் கிராங்கன்னு போட்டியே இருக்கும்! அதனால் ராத்திரி எங்களுக்கு சரியாத தூக்கமே வராது. சில பேர் மூன்று மணிக் கெல்லாம் கூட எழுந்துடுவாங்க அங்க!"

"ஹேரட்!" அதிசயித்தார்கள் பசங்கள் ரெண்டு பேரும்.

"இங்க 'கை சிபாசஸ் டே' மாநிரி அங்க திபாவளின்று வச்சுக்கொயேன். விடிஞ்சதும், நாங்க தெரிஞ்சவங்க வீட்டுக்குப் போறதும், மத்தவங்க எங்க வீட்டுக்கு வாழ்த்துச் சொல்ல வாரதுமா நான் முழக்க அமாக்களமா இருக்கும். இதுக்கு நடுவுல கொவிலுக்கும் விடாம போவிட்டு வந்துடுவோம். நான் முழக்கப் பட்டாகதான்! பலகாரம்தான்! அரட்டைதான்!"

"மம்மீ... இண்டியா எம்ஸு டு பீ ரிவலி இன்ட்ரஸ்டிங்! நாம்பனும் அடுத்த வருஷம் அங்கயே போய் செலிப்ரேட் பண்ணலாமா?" குழந்தைகளின் கண்களில் கனவுகளின் வண்ணங்கள்!

எனக்கும் ஆசையாகத்தான் இருந்தது. அங்கு பண்டிகைக் களையே தனிதான்! ஹம்... இங்கு நானாவதிக்கு திபாவளின்று பேர்தான். யாரும் எழுத்திருக்க மாட்டார்கள்.

வழக்கம் போல் ஆசீஸ்! வழக்கம் போல எக்ஸ்! வழக்கமான பேசுல்கள்! ஒரேயொரு வித்தியாசம். ராத்திரி டிள்ளரீஸ் வடை,

பாயசம் இருக்கும் மற்றபடி திபாவளிக்கு உரிய சத்தமோ, ரகனையோ எதுவுமே இருக்காது.

சே... ஒரோரு தடவை சலிப்பாகக் கூட இருக்கும் எனக்கு! என்ன வாழ்க்கையோ இங்கே... நம் ஊர் தம்மூர்தான்! புழக்க வழக்கங்கள விடாமல் ஜனங்கள் என்ன சிரத்தையுடன் செய்கிறார்கள்! குழந்தைகள் அந்தச் சூழ்நிலையை ஒரு தடவையாவது அனுபவிக்க வேண்டும். அடுத்த திபாவளிக்கு ஊர்ப் பக்கம் ஒரு தடவை போய் வந்தால் என்ன?

என் விருப்பத்தை இவரிடமும் சொல்ல, ஏதேதோ அட்டன்ஷன் செய்து, இதோ... ஊருக்கு விமானத்திலும் ஏறி விட்டோம்!

**நா**ங்கள் வந்ததில் மாமனார், மாமி யாருக்கு மிகவும் சந்தோஷம் தான்கு வகுட இடைவெளிக்குப் பிறகு வந்திருக்கும் பேரன், பேத்திகளைக் கொஞ்சுவதில் ஆனந்தம்! குழந்தைகள் முதலில் தயங்கினாலும், பிறகு பாட்டி, தாத்தாவிடம் நன்றாக ஒட்டிக் கொண்டு விட்டன. முதல் இரண்டு நாட்கள் பாய்சுகளைப் பகிர்ந்து கொள்வதிலும், தெரித்தவர்களிடம் சிப்போஸ் பெகுவதிலும் போய் விட்டது.

இதற்கு நடுவில் என் அம்மாவும், அப்பாவும், எங்களைப் பார்க்க வந்திருந்தார்கள். திபாவளியன்று ராத்திரி சாப்பிட வந்து விரும்படி அழைத்து விட்டுச் சென்றார்கள்.

"எப்போ மம்மி திபாவளி?" ஆர்வத்துடன் கேட்டான் என் மகன்.

"இன்னும் அஞ்ச நாள் இருக்குமமா! இன்னிக்கு சண்டேயில்லையவா? விவரமாக கிழமை திபாவளி!" என்றேன்.

"எப்போ பாட்டி எல்லா பட்சணங்களும் பண்ணுவாங்க?"

"நாளைக்கு ஆரம்பிப்பாங்கன்னு நினைக்கிறேன். எதையும், தடுஷு, பாட்டியக் கேட்டா எடுக்கக் கூடாது நீ என்ன?"

மதுநான் காலை, மாமியாரிடம் மெய்ஸ்



அய்வா, கேசரி கிளறும் போது  
யாதுளம் பற ஐசில், ஆப்பின் ஐசில்  
சிறிதளவு கலந்து செய்தால் பற வானை  
யுடன் அய்வா, கேசரி துப்பராக இருக்கும்.  
- சி. கவுதரி.

ஆரம்பித்தேன். "எப்போமமா படசனைமெல்  
லாம் ஆரம்பிக்கலாம்? தான் என்ன செய்  
வனும் சொல்லுங்க" என்றேன்.

"அதெல்லாம் நாம்ப எதுவும் செய்ய  
வேணாம் சாரதா! இங்கு அபார்ட்மெண்ட்ல  
ராமநாதனனு ஒருத்தர் இருக்கார். அவர்தான்  
பலகார இன்சார்ட்! அவர்விட்ட இத்தனை  
ரூபாய்னு கட்டிட்டோம்னா ரெண்டு லைட்.  
ரெண்டு வாரம்னு தீட்டா பேக் செஞ்சு மொத  
நாள் கொண்டு கொடுத்திட்டுப் போய்டுவார்.  
துத்து ரூபாய்க்கு ஆர்டர் கொடுத்தால் ஒரு  
எவர்சில்வர் டப்பா கூட தரார்" மகிழ்ச்சி  
யுடன் மாயியார் கூறினார்.

"நம்ப ஆகைக்கு ஒரு பத்து அஞ்சு  
ஹைட்ரோபாகு மட்டும் போட்டு எடுத்துடுவேன்  
என்ன பன்றது சொல்து. எனக்கும் தண்ணை  
உன் பெரிய மன்னி, சின்ன ஒர்ப்படி ரெண்டு  
பேருமே வேலைக்குப் போறவங்க! என்ன  
செய்ய முடியும்? இதுதான் பெஸ்ட் அரேஞ்சு  
மெண்ட்"

வாஸ்தவம்தான்! அவசர கதியில் எவ்வே  
ரும் இயங்கிக் கொண்டிருக்கும்போது, பல  
காரம் செய்ய என்ன விரித்து கட்டிக் கொண்டு  
உட்கார யாருக்கும் டயம் இல்லைதான்! இருந்  
தாலும்.. ஒரு சின்ன ஏமாற்றம் மனத்தில் எட்  
டிப் பார்த்தது.

என்று மாலை, குழந்தைகளை அழைத்துக்  
கொண்டு நாளும், மாமனாகும் கடைவிற்குப்  
புறப்பட்டோம்.

"தாத்தா, இன்னும் ரெண்டு தாத்தானே  
நீபாவளிக்கு இருக்கு? வாகும் இன்னும் பட்  
டாக விட ஆரம்பிக்கலையே! தானாவது  
ராத்திரி விட்டடுமா தாத்தா?" என்ற சஞ்சய்  
தாத்தாவின் விரல்களை விட்டு விட்டு தின்று  
ஆரவத்துடன் அவரைத் திரும்பிப் பார்த்தான்.

"பட்டாசெவ்வளம் எக்கச்சக்க வெலெடா  
கண்ணா. எப்போக்குக்கும் வாங்க கட்டுப்படி  
ஆகுமா? அதனால் நீபாவளி அன்னிக்கு மட்  
டும்தான் வேணுவுகிறது விடுவா! அளானிக்கே  
தீரும் விடு. இன்னனக்கே விட்டுத் தீர்த்துட்டால்  
தானெனக்கு ஒண்ணுமே இருக்காது" என்று  
விளக்கினார் என் மாமனார். சஞ்சயின் முகம்  
வாடிவது.

என்னவோ கேட்பது போல என் பக்கம்  
திரும்பி என்னை உறுப பார்த்தான் சூழ்ந்தது!  
தான் முகத்தை வேறு பக்கம் திருப்பிக் கொண்  
டேன்.

ஆயிற்று. வந்தே விட்டது நீபாவளி! எங்க  
ஃப்ளோரில் அபார்ட்மெண்ட் முன்னால் சிறிய  
இடம் தாது ஃப்ளோட்டுகள்! அதனால் முதல்  
நாள் இரவே அவரவா ஃப்ளாட் முன்னால்  
விண்ணதாகக் கோலம் போட்டு செம்மன் கார  
கட்டியாகி விட்டது.

"மன்னி.. கேட்டுக்கு வெளியே தெறைய  
இடம் இருக்கே.. அங்க போய் பெரிய இழைக்  
கோலமா போட்டுட்டு வந்துடலாமா?"  
என்றேன்.

"வேண்டாம் சாரதா, அபார்ட்மெண்ட்  
மாடிப்படியெல்லாம் பெருக்கறானே அஞ்சலை,  
அவ ராத்திரி பத்து மணிக்கு வந்து போட்  
டுட்டுப் போய்டுவா. அதுதான் வழக்கம்!"  
என்றார் என் பெரிய ஒர்ப்படி.

ராத்திரி சாப்பாடானதும், மறுநாளுக்கு  
வேண்டிய புதுத் துணிமணிகள், பட்டாக  
வகையறா, என்னைப், சிப்க்காய் என்று எல்லா  
வதையும் பூசை ஷெல்புக்கு முன்னால்  
கொண்டு வந்து வைத்தோம்.

"அட்டா- நீபாவளி மருத்து பண்ணா மறத்  
துட்டோமே" பதற்றத்துடன் சொன்னேன்  
தான்.

"மறக்கடிவில்லை.. ஒண்ணுயில்லை.. சரிபா  
பாகு வராம, போன ரெண்டு தடாலையும்  
கெட்டியா கலு மாதிர் ஆயிடுக்கு. அந்நால  
சாமுனை கடையிலோத்தே அழைக்கும் வரங்  
கிண்டு வர சொல்லியிருக்கேன். ராதா. அந்த  
பிணாண்டிக் கவர்வ மருத்து இருக்கு பார அழை  
எவாசிலவா டப்பாவில் போட்டு இப்படி  
கொண்டு வந்து வையி.." சாவுகாசமாகச்  
சொன்னார் மாயியார்.

குழந்தைகளும், நாளும், மறுபடியும் அரித்த  
பூர்வமான பாசலையைப் பரிமாறிக் கொண்டு  
பொசால் இழுத்து விட்டோம்.

"சாரதா.. ரெண்டு தான் ஆபீஸ் பெக்நிங்  
அது இதுகாறு ரொம்ப வேலை. காயம்பற  
அஞ்சு மணிக் குழுத்துண்டால் போதும்.  
ரெண்டு பாதகம் இருக்கறதால் மனமாவ்ணு  
என்னெங்கக் குளி சிவந்திரம் பண்ணிடலாம்.  
தண்ணியும் இல்ல, டயமும் இல்ல. என்



**'ஸ்டாக் ஈ பில்ட்' அதாவது அடுக்கிக் கட்டும் பொம்மைகளின் அணிவகுப்பை கொண்டு உங்கள் குழந்தை இன்முகத்துடன் கற்றுக் கொண்டே வளருவதை காணுங்கள்.**

பிசுபி பளரஸ் உற்பத்திசெய்து, 6 மாத வயதிற்கு மேற்பட்ட குழந்தைகளுக்காக விலைமாதக் குழந்தை செய்வப்பட்ட ஸ்டாக் ஈ பில்ட் அணிவகுப்பு ஒப்பெயரு பொம்மையும் குழந்தையின் கற்பனை வளத்தை ஊக்குவித்து வேடிக்கை விளையாட்டாக வளர்ப்பதனாலும் வடிவவகையால் கற்றுத் தரும் பொருள் பிரசாதகளுக்கே தீர்வாக ஆதரவையும் பெற்றுக்கொடுத்தது கூட்டுவ எங்கள் அணிவகுப்பிலுள்ள ஒவ்வொரு பொம்மைமேல் பொருள் இவை அதிக பாதுகாப்பு, நவீன ஆய்வு மற்றும் தகுந்த பொம்மைகளை ஆதரம் அவை வளரும் பொது இளைவகளை நம்பிக்கையிலுந்த பொம்மைகளைமேல் ஆக்குகிறது பிசுபி பளரஸ் - உங்கள் நம்பிக்கைக்குகந்த பொம்மைகள்

**Fisher-Price**  
உங்கள் குழந்தைக்குத் தேவையான



மெய்யக் குளியல் எங்கு ஊர்வு குளியல்தான்”  
ஜோக்கடித்தபடியே உள்ள போனான் ராது.

“எவிரே, உங்களுக்குக்கெல்லாம் அங்கு குளிரனு வேட்டாவே எழுத்து பழக்கமகர தாவே, மெள்ள எழுத்தால் தவ்வதுதானே?” என்று கேட்டது காதில் விழுந்தது.

தான் என்னவென்று சொல்வ? “மூன்று மணிக்ஞம், மூன்றை மணிக்ஞம் அரக்க பரக்க எழுந்து, என்னெய்ய, சிலக்காய் தேப்த்துக் குளிக்ஞம் வழக்கத்தை என் குழந்தைகளுக்குச் சொல்லிக் கொடுக்க வந்தேன்” என்றா?

**திபாவளித் திருதான்!** விடியற்காலம் எவ் போகும் எழுத்து, எவ்விவாரையும் எழுப்பி, என்னெய்யக் (!) குளியல் முடித்து, அவரை அவசரமாக புதுக் உடுத்திக் கொண்டு, பெரிய வர்களுக்கு நமஸ்காரம் செப்தோம். பெண்கள் எவ்விவாரும், இடலி, சட்டலி, சைமயல் செவ்வு, சட்டென்று அடுப்படிக்குள் நுழைய, தாததா, பெரியப்பா, சித்தப்பா எவ்விவாரும் எவ்விவாரும் குழந்தைகளையும், ‘வாங்குடா பச்சைகள்’ என்று அழைத்துக் கொண்டு, சிறு வெடி வெடிக்கச் சென்றார்கள்.

செறு நேரம் சென்றதும், பால்கனி பக்கம் சென்று சிறு எட்டிப் பார்த்தேன். புணையும், நெடியும் சத்தமுமாகத் தலைகற்றிவது குழந்தைகள் இரண்டும் மிரண்டு போய், தாததாவையும், பெரியப்பாவையும் இறுகப் பிடித்துக் கொண்டு குத்தாலும், ஆர்வத்துடன் மற்றவர்கள் வெடிப்பதை கவனித்துக் கொண்டிருப்பதைப் பார்த்து திருப்திபுடன் சைமயலாகக்குத் திரும்பினேன்.

ஒரு மணி நேரம் ஒடிவிருக்கும் மணி காலை எழு. சிறு போன பட்டாளம் மீதிப் பட்டாளம் உள்ளே நுழைந்தார்கள்.

“ஆச்சா! அவ்வளவுதானா? தீத்துத்தா பட்டாளம்!” விடிப்புடன் மென் மச்சினைகள் பார்த்துக் கேட்டோன்.

“இல்ல மன்னி! அது இருக்கு இன்னும் இப்ப கமலோட இண்டர்வ்யூ ‘சைல’ அதனாவ வந்துட்டோம் அப்புறமா விடலாம்”

என்று சொல்லியபடி, அவசரமாக, என்னெத தன்னாத குறையாக உள்ளே வந்து மல்லிய தடாவென்று ஆன் செப்தான்.

“சரி! அது முடிஞ்சவுடனே எட்டி மணிக்ஞக் கோவிதாக்குப் போயிட்டு வந்துடலாமா? எங்களுக்கு அங்கு வேலிவெல்லாம் அபூர்வம்” என்றேன் ஆர்வத்துடன்.

“தாங்க வரலை, தீங்க அண்ணாலை அவ்வுசைண்டு போங்க! ஜோதிகாவோட ‘இறை புலக அனுபவங்கள்’ எட்டாளக்கு ‘ராஜ்’ல இருக்கு ஒவ்வுக்கு புது ரிசீஸ் பட்டிகள் என்னெது பராக்கணும் பத்து மணிக்ஞ ‘அஜித்-விஜய் கவந்துவரையாடல்’ ஜெயாவும்! தல்ல தல்ல பாட்டெல்லாம் தடுவா போடுவான். அது வாராணும் யில் பண்ணுவாரோ?”

இவர் என்னருகே வந்து, “வரியா, தாமப வேணர் போகலாம்!” என்றார்.

“தாமப மட்டும் போய் என்ன பன்றது! எவ்விவாரும் வந்தாததான தல்லாபிருக்கும்!” என்று ஏமாறத்துடன் சொன்னபடி, பால்கனி பக்கம் சென்று எட்டிப் பார்த்தேன். என்னென் மச்சினைச் சொன்னது நூறு சத்திதம் கணமும்! கொஞ்ச நேரத்துக்கு முன்னால் அமனி துணிப்பட்ட அபார்ட்மெண்ட் முன்பு இப்போது சிறு திசைத் திறிக் கொண்டிருந்த புணை மட்டும் தான், செறு முடிய அங்கு ஒரு பெரிய கூட்டமே இருத்து எவ்விவார அறிவித்துக் கொண்டிருத்து. எந்த விவாரட்டி இருந்தும் ஒரு சத்தமும் இல்லை, கமலின் கரகரப்பான குரலைத் தவிர.

குழந்தைகளுக்கு மலியோ, சின்னாலோ புரியாமல் போரடிக்கத் துவங்கி விட்டது. கதறிச் கதறி வந்து கொண்டிருந்தன.

“சாரதா ஜெயா! இன்னளவ ஹாட்லிய வரிசையாப் போடுங்க! ஒரு மணிக்ஞ ரூப்பர் படம்” என்றார் பெரிய மச்சினர்.

விதவிதமாகக் கஷ்டப்பட்டு சனமத்திருந்தவைகளை, சித்தத்துடன் தாங்கள் பரிமாறிக் கொண்டிருக்க, அன்னவரது பார்ப்பையும், ‘இத் தியத் தொலைக்காட்சிகளில் முதன் முறையாக’ வந்து கொண்டிருந்த படத்தின் மீதே ஒட்டி.

துவாம் பருப்பு இரண்டு பங்கும், அதில் கல் பங்கு கடலைய் பருப்பும், ஒரு மேலைக்கரண்டி உருத்தம் பருப்பும் எடுத்து தினைகளை அரை மணி நேரம் ஊறவைத்து அரைத்துவிட்டு, ஒரு மெழுகு பொடி பண்ணிய அவலையும் கடைசியில் கலந்து வடை தட்டினால் வடை மெதுவாக வென்று கனவாக இருக்கும்.

- சி. விஜி



எனக்கும் வீலாவக்கும் எப்படியோ போட்டிருந்தான்.

என்னைப் படிக்கிறாயோ அந்தவன் வகுப்பில் முதல் இடம்.

என்னைவோட அந்த பள்ளியிலும் எனக்கு இரண்டாவது இடம்தான்.

அது மட்டுமா?

பேச்சுப்போட்டி, கவிதைப் போட்டி, வினாடிப்போட்டி போட்டி என்று எல்லாவற்றையும் அவனுக்குத்தான் முதல் பரிசு, சில சமயங்களில் அவன்மேல் பொறாமை கூடப்பட்டுக்கொண்டிருந்தேன்.

பள்ளிப் படிப்பு முடிந்ததும் திருவரும் ஓரே காலேஜில் சேர்ந்தோம்.

அங்கேயும் இதே கதைதான்.

படிப்பு முடிந்ததும் ஒரு வேலைக்கு விளம்பரப்படுத்திவிட்டோம்.

அதே கம்பெனிக்கு அவனும் விண்ணப்பம் செய்திருந்தான்.

இன்டர்வியூ காட்டுவதற்கு திருவருக்கும் தனக்குத்தான் இந்த வேலை என்று வீலா உறுதியாக நம்பிக் கொண்டிருந்தான்.

ஆனால், நான் ரகசியமாக எடுத்த ஒரு முடிவால் அந்த வேலை எனக்குத்தான் கிடைத்தது.

அது என்ன ரகசியம்?

வீலாவுக்குத் தெரியாமல் நான் ரகசியமாக விவேகானந்தா இன்ஸ்டிடியூட்டின் கம்போக்கன் இன்விலிங் டிபார்ட்மென்ட் போஸ்டல் சேர்த்திருந்தேன்.

அவர்கள் அனுப்பிய பாடங்களை வீட்டிலிருந்து படியே படித்து, பிராண்டிங் செப்டு ரசியாக இன்விலிங் போசு கற்றுக் கொண்டேன்.

இன்டர்வியூவில் அவர்கள் கேட்ட கேள்விகளுக்கு எல்லாம் இன்விலிங் டிபார்ட்மென்ட் என்னைப் பதில் சொல்ல முடிந்தது.

எனது ஆங்கிலப் புலனையும் பார்க்கும் அவர்கள் "And this, you are appointed!" என்றும் முதலில் எனது தன்றியினை விவேகானந்தா இன்ஸ்டிடியூட்டிற்கு மனங்கொள் சொல்லிக் கொண்டேன்.

உனக்கு இந்த வேலை எப்படி கிடைத்தது என்று கேட்டு வீலா என்னை நச்சுரித்துக் கொண்டேயிருக்கிறான்.

திருவரை நான் அழைத்தேன் இந்த ரகசியத்தை சொல்லவேண்டியதை.

நீங்கள் அழைத்த சொல்லாதீர்கள். பதில்.

அரசிதாவைப் போன்று நீங்களும் வீட்டிலிருந்து படியே ரசியாக இன்விலிங் போசு கற்றுக் கொள்ளுங்கள்.

கீழ்க்கண்ட கூப்பனைப் பூர்த்தி செய்து விவேகானந்தா இன்ஸ்டிடியூட்டில், மேட்டி ரோடு.

திருச்சி,

இன்விலிங் டிபார்ட்மென்ட்

பி. மேட்டி ரோடு.

திருச்சி,

சென்னை-800 017

என்ற முகவரிக்கு இன்றே அனுப்புகள். கொள் பாடங்கள் V.P.P. மூலம் உங்களுக்கு வீட்டு தேடி வந்துவிடும். தபால் கார்ட்டில் ரூ.395/- மற்றும் தபால் செலவை செலுத்திப் பாடங்களைப் பெற்றுக் கொள்ளுங்கள்.

தயக்கமின்றி இன்விலிங் ரசியாகப் பேச ஆரம்பிப்புகள்.

பாடங்களுடன் 416 பக்கங்கள் கொண்ட இன்விலிங் - தமிழ் டிபார்ட்மென்ட் இலவசம்.

இதோ கூப்பன்

YES! நான் ரசியாக இன்விலிங் போசு கற்றுக்கொள்ள விரும்புகிறேன். எனக்குப் பாடங்களை V.P.P. மூலம் அனுப்புகள். தபால் கார்ட்டில் ரூ. 395/- மற்றும் தபால் செலவை செலுத்திப் பாடங்களைப் பெற்றுக் கொள்கிறேன்.

பெயர்:.....

முகவரி:.....

PIN:.....

VIVEKANANDA INSTITUTE

பி. மேட்டி ரோடு, திருச்சி, சென்னை-800 017.

E-Mail: vivekananda@gmail.com Visit us at: www.vivekananda.com

167 MAY 2011 MAGAZINE

யிருத்தது.

சாப்பாடானதும் என் மகன், "அம்மா, உங்க கிப்ரெண்டஸ் வீட்டுக்குப் போய் வீஷ் பண்ணிட்டு வரலாமா?" என்று ஆர்வத்துடன் கேட்க, நானே அவசரமாக இடைமறித்து, "இவ்வளவுக்கு வேண்டாம்மா, உயிவ தலை புரொகராம் துறவுல நாம போலி தின்னா தலலா யிருக்காது!" என்றேன்.

"கடெக்டா சொன்னே... சனிக்மிறமை, ஞாபித்துக் கிறமை வீட்டுல எவ்லோரும் ரெஸ்டா இருப்பா. அப்ப போய் வீஷ் பண்ணி ஷாப் போசு! அப்படியும் ஆணலா இருந்தா, ஃபியாவலயெ விஷ் பண்ணிடு! ஆன ஒண்ணு! வினம்பர இடைவெளியில பண்ணு! அப்பத தாம் ஒண்ணத் திட்டாம் இருப்பா!" என்று இரக்கத்துடனும், புரிதலுடனும் என்னைப் பார்த்துப் புன்னகைத்தபடியே சொன்னாரா மாமனார்.

மாலை, குழந்தைகளை அழைத்துக் கொண்டு தானும், இவரும், என் அம்மாவின் வீட்டுக்குச் சென்றோம். அது ஒரு காலனி தனித்தனி வீடுகள்! தாங்கள் யோன போது மாலை ஆறு மணி இருக்கும்.

அங்கும் பட்டாகச் சத்தம், நானே, குழந்தைகளே, எதிர்பார்த்த அளவு இல்லை! யாரோ ஒருவர், இருவர் 'யோனாஸ் யோகிதது' என்று விட்ட ராக்கெட் மட்டும் அண்ணப்போது மேலே எழுந்து 'இன்று தீபாவளிதான்' என்று உறுதிப்படுத்தியது.

உள்ளே தூறுதத்தும், வழக்கமான நுசும விசாரிப்புகள்! பத்து திமிட அவகாசத்திற்குள் கடைகள்!

"அட்டா, அம்மா, இங்கே வரங்கணை, அவ் பாருங்க, வீட்டை வீட்டே கெண்டபறா போலிருக்கே" என்று ஒரு கண் மலியிலும், ஒரு கண் என மேலுமாக இருந்த என மனை அலற, அனைவரது கண்ணும், கவலைபும், மறுபடியும் திடுபட்டிருக்கிறது நேரே மலிகளுக் குறித்து விட்ட அந்தப் புதுப் படத்தின் பக்கம் இருப்பிது.

"மாமா, வாங்க பட்டாக வீட்டாம்" சஞ்சய என் அண்ணாரவை இழுக்க,

"கொஞ்சம் இருடா கண்ணா, இன்னும் கொஞ்ச நேரத்துல திழுவ் வந்துடும், அப்பல் போலாம்!" என்றான் அண்ணா.

பொழுது போகாமல் அங்கிருந்த தமிழ்ப் பத்திரிகைகளில் பொழுதைப் பார்த்துக் கொண்டிருந்த சஞ்சயின் கண்கள், துக்கக் கண்கள்தான் சொகுசின்.

இரவு எட்டு மணி திழுவ், வழக்கமான ஆரம்ப இளசுபுடன் கம்பீரமாக ஆரம்பிக்க சட்டென்று எழுந்தான் அண்ணா.

"வாடா கண்ணா, சட்டுன்னு புல்லாண்



பட்டாக விடும் நேரங்களில் (தீபாவளிவன்று பகலில் கூடத்தான்!) துணிமணிகளை பால்கனி, அயிரது பின்புறம் கெசடிகளில் உலர் விட வேண்டாம்.

- உஷா

மெல்லாம் விட்டுட்டு, திழுவ் முடியறதுக்குன்னே வந்துடலாம்."

கேட்டபடியே சஞ்சய் பக்கம் திரும்பிய அண்ணா, குழந்தை சோபாவிலேயே தூங்கிப் போயிருப்பதை அப்போதுதான் கவனித்தான்.

"கண்ணா... சஞ்சய் எழுந்திருடா.. கொஞ்சம் பட்டாக விட்டுட்டு வந்துடலாம்.."

எவ்வளவு எழுப்பியும், ஆழத்த உறக்கத்திலிருந்த குழந்தையை எழுப்ப முடியாவிட்டால் காலையில் சீக்கிரம் எழுந்த கண்ணப்பு பாவம்!

சஞ்சனா மட்டும் தம்பி கூட இங்குத்தான், உறகாகியவாமல் போய், பெருக்கு நெண்டு விட்டு விட்டு வந்தான்.

அண்ணா இண்டர்நெஷனல் டெட்மின்ஷிங் நூல்கள் எங்கக் விமானத்துக்காகக் காத்திருந்தோம். வழியனுப்ப வந்திருந்த உறவினர்களிடம் கடைசி திமிட அரட்டை! அறிவுரை!

எங்கள் விமானப் பயணிகளைச் செக்ஸிங் குததப் போகும்படி மறுபடி மறுபடி அழைப்பி வர, என்னொரிடமும் பிரிவாவினாட பெற்று, செக்ஸிங் முடித்து, வெலிட்டிங் ஹாலில் போய் உட்காராது கொண்டோம்.

"எப்படியிருத்தது தீபாவளியெல்லாம்? என்னா பண்ணிவிங்கா?" இவா குழந்தைகளிடம் கேட்டா.

"தலலா இருத்ததுப்பா.. இருத்தாலும்..." இருந்த என மகன் என பக்கம் திரும்பினான். 'தீ சொன்னபடி இல்லையேமமா?' என்று வினவியது அவன் பார்வை.

விமானத்துக்கு வந்து சேருமாறு எங்களுக்கு ஒளிப்பெருக்கியில் அழைப்பு வர, ஒரு பெரு துக்கடன் எழுந்து கொண்டேன் நான. ○





●● சமச்சீரான சத்துணவிற்கு, வீட்டு உணவைத் தவிர,

ஸெரிலாக் கும் மிகவும் அவசியமானது என்று நான் கருதுகிறேன். ●●

எனது பிள்ளை முதலாவது 4 மாதங்களுக்கு முன்பு பிறந்தான். ஆனால் 4 மாதங்களுக்கு முன்புதான் நான் பாலேயைத் தரவில்லை. ஆனால் 4 மாதங்களுக்கு முன்புதான் நான் பாலேயைத் தரவில்லை. ஆனால் 4 மாதங்களுக்கு முன்புதான் நான் பாலேயைத் தரவில்லை.



அதன் பின்னர் நான் பாலேயைத் தரவில்லை. ஆனால் 4 மாதங்களுக்கு முன்புதான் நான் பாலேயைத் தரவில்லை. ஆனால் 4 மாதங்களுக்கு முன்புதான் நான் பாலேயைத் தரவில்லை.

அதன் பின்னர் நான் பாலேயைத் தரவில்லை. ஆனால் 4 மாதங்களுக்கு முன்புதான் நான் பாலேயைத் தரவில்லை. ஆனால் 4 மாதங்களுக்கு முன்புதான் நான் பாலேயைத் தரவில்லை.

அதன் பின்னர் நான் பாலேயைத் தரவில்லை.

அதன் பின்னர் நான் பாலேயைத் தரவில்லை.

அதன் பின்னர் நான் பாலேயைத் தரவில்லை.

அதன் பின்னர் நான் பாலேயைத் தரவில்லை.

அதன் பின்னர் நான் பாலேயைத் தரவில்லை.

அதன் பின்னர் நான் பாலேயைத் தரவில்லை.

அதன் பின்னர் நான் பாலேயைத் தரவில்லை.

அதன் பின்னர் நான் பாலேயைத் தரவில்லை.

அதன் பின்னர் நான் பாலேயைத் தரவில்லை.

அதன் பின்னர் நான் பாலேயைத் தரவில்லை.

அதன் பின்னர் நான் பாலேயைத் தரவில்லை.

அதன் பின்னர் நான் பாலேயைத் தரவில்லை.

அதன் பின்னர் நான் பாலேயைத் தரவில்லை.

அதன் பின்னர் நான் பாலேயைத் தரவில்லை.

அதன் பின்னர் நான் பாலேயைத் தரவில்லை.



●● சமச்சீரான சத்துணவிற்கு, வீட்டு உணவைத் தவிர, ஸெரிலாக் கும் மிகவும் அவசியமானது என்று நான் கருதுகிறேன். ●●

IMPORTANT NOTICE: MOTHER'S MILK IS BEST FOR YOUR BABY. INFANT FOOD SHALL BE INTRODUCED ONLY AFTER 4 MONTHS OF AGE.  
महत्वपूर्ण सूचना: माँ का दूध आपके बच्चे के लिए सर्वोत्तम है। ४ महीने के बाद ही उसे शिशु आहार देना शुरू करें।





இப்போதைத் தலைமுறைகள் ஜெர்மன் என்ன, ஃபிரெஞ்ச் என்ன ரஷியன் என்ன (நம்மூர் ஹிந்தியும் சேர்த்து) பல பாலைஷுகளை அடைச்சமாதக் கற்று உலகத்தின் மூலைமுடுக்கெல்லாம் போய் வேலை செய்து அசத்தும காலயிது.

நான் சொல்வது நடந்து நாற்பதாண்டுகளுக்கு மேல் இடங்கும் 'என் தந்தைக்கு பெணுவாடா இப்போதைத் விஜயவாடாவுக்கு மாற்றவாகியது. அப்போது ஆத்திரா தனி மாநிலமாகவில்லை. அம்மா, அப்பா, பாட்டி, 5-6 வயது அண்ணா. நான் இரண்டு வயதுக் குழந்தை யாருக்கும் கட்டுப் போட்டால் கூட தெலுங்கு தெரியாது. 'எல்லாம்



சமாளிக்கலாம் என்ன கஷ்டம்?" என்று லீறாப்பு பேசியது எல்லவவு தவறென்று புரிய ஆரம்பித்தது தாலு தாளில்.

"இதற்கு கல்லைக் கட்டி தூக்கிப் போக முடியாது. எல்லாம் அவகே வாங்கிக்கலாம்" என்று வீட்டு வேலைக்காரிக்கு தாராளமாக தானம் கொடுத்து விட்டனர் கல்புரலை. அங்கே போன ஒரு வாரத்திற்குள் இடல் - தோசை டிபன் இல்லாமல் வாழ்க்கையே வெறுத்துப் போக ஆரம்பித்து விட்டது. அப்போதெல்லாம் இவைதானே தினசரி டிபன். சப்பாத்தி, பூரி இவற்றின் பேரே கண்விப்படாத காலம். 'மிக்ஸி' பிரக்கவில்லை இன்னும். அப்போது எங்களுக்குத்

பொருள்  
வந்தது



தெரிந்த ஒரு பெண் கல்வாணமாகி  
அமெரிக்காவுக்குக் கூட கல்லுரவை கப்பலில்  
எடுத்துப் போனாள்!

"வாடா! மொதல்ல போய் ஒரு கல்லுரல்  
லாங்கலாம்" என்று என் பாட்டி பிள்ளையை  
(என் அப்பா) காரோட்டச் சொல்லி கிளம்பினார்.  
கல்லுரலுக்குத் தெலுங்கில என்ன? யாரை  
கேட்பது? எங்காவது கண்ணில் படாதா என்று  
ஊர் சுற்றியதுதான் மிச்சம். காரை நிறுத்தி  
ஒருவனிடம், 'கல்லு' என்று இரண்டு கைகளையும்  
பாறாங்கல் தூக்குவது போல் அபிநயம் பிடிக்க  
அவன் 'சட்'டென்று நேரே கையைக்  
காட்டினான் இப்படி அபிநயம் பிடித்துக்  
கொண்டே ஊருக்கு வெளியில் சில குடிசைகள்  
இருக்குமிடம்  
வந்து  
விட்டார்கள்.

இன்னும் 'கல்லு'  
கடை  
தென்படவில்லை.

வெளியில்  
ஒருவனிடம்  
கடைசியாக  
கையை  
அபிநயித்து  
'கல்லு' என்று  
பாட்டி கேட்க,  
'இதோ' என்று  
பதிலுக்கு அவன்  
காட்டட.

பார்த்தால்..

ஒரு கள்ளுக்கடை!"

அங்கிருந்து பிடித்த ஓட்டம் (காரில்தான்)  
விட்டுக்கு வந்துதான் நின்றார்கள்

இவர்கள் 'கல்லு' என்பதைத் (தெலுங்கில்  
கல்லுக்கு ராயி என்று பெயர்) 'கள்ளு' என்று  
நினைத்ததுமல்லாமல் இரண்டு கைகளையும்  
விரித்து 'கள்ளு மொத்தை' மாதிரி காண்பிக்கவே  
கள்ளுக்கடைக்கு வழிகாட்டினார்கள்!

அங்கு வேலைவிலிருந்த சில வருடங்களில்  
தெலுங்கில் பண்டிதராகும் வரை சுறுசுறு தோன்று  
நியாகராஹரின் அத்தனை (கமார் 650)  
கீர்த்தனைகளையும் தமிழில் மொழிபெயர்த்து  
புத்தகமாக வெளியிட்டு (எல்லா பாடகர்களுக்கும்

பைபிள் மாதிரி) உலகம்  
முழுதும் எந்தத்  
தென்னிந்தியர் வீட்டிலும்  
ஒரு பிரதி இருக்குமளவுக்கு  
புலமை பெற்றார் என்  
அப்பா.

வீட்டில் எல்லோரும்  
ஆந்திரக்காரர்கள்  
வியகருமளவுக்கு தெலுங்கு  
பேசும் திறன் பெற்றார்கள்.  
1 - 5 வயதானதும் நான்  
'கமதி சதகம்' என்ற  
தெலுங்கில் நூறு  
ஸ்லோகங்களையும் மூச்சு



விடாமல் சொல்லி  
ஆந்திரக்காரர்களின்  
மூக்கில் விரல்  
வைக்கும்ளவுக்கு தெரிச்சி  
பெற்றேன். தெலுங்குப்  
பள்ளியில் சேர்ந்து டிரே  
வகுடத்தில் நாலு மொள்ளு  
பாஸ் செய்தேன் (அப்போது  
அது சாதநியம்). அன்று  
எழுத படிக்கக் கூறாது  
இன்று வரை மறக்கவில்லை  
அந்த 'கள்ளு'க்கடையும்  
தான்!

— விஜயா ஸ்ரீதர்

**“வ**ணக்கம் சரி” என்பதேன்.

“ஏனக்கூட... வணக்கம் வரவில்லையென்று மனநிலையிலே நின்றால்தான்... சரம கொட்டிக்க கொண்டு... கொண்டு சும்னே இருக்க வேண்டிய பாபு இருப்பீயா... உங்க எடுத்துட்டு வரா... (கூட வரையி சாப்பிடத்தக்கதா)”

மேற்கண்ட உரிமையுடைய யார யாருக்கு இடம்  
மில்ல என்று தெரிந்தால் அச்சத்துமீடுவீர்கள்

ஆமாம் உபயோகப்படுத்தும் நூல்கள் வந்திருப்பதில்  
உயர்ந்திருப்பது எல்லாவிடங்களிலும் உபயோகப்படுவது  
உபயோகப்படுவது ஆகியவற்றில் மாற்றத்தில் ஏதாவது  
இருக்கிறதா? அல்லது எந்தெந்த அமைப்புகள் சிபிக்கு  
இருக்கின்றன? மேலும் இப்போது

‘சங்கீதா சுரபிஷய’ உதிருதிக் கொடியைப் கொண்டு வரணம் “சாரி டாமி இடங்காரிப் பராக் கொட்டிப் புது உருக்குத் தருக” என்று வரவேற்று விருட்டிப் பிழைப்பவர்களைப் “சுதமாராய சொல்லவார்” “எல்லவாய் பொருத்த வரலா நீங்கள் வரவருவ” தெடி வந்து வந்தவர்கள் தட்டும் வரலாச்சி வரவரவரவர.

("So far as I am concerned, marketing people are growth opportunities knocking at my gates. Sometimes the visitor's chair becomes more important to business than our own.")

சுற்றுச்சூழல் பாதிப்பு குறைவு

யோனா நூற்றாண்டில் நன்றியை  
தெளிந்தேன் "எனதுப்பத்தி எழுதப் போகிறீர்  
கள்?" என்றுச் சுப்பசி, கார்த்திகை, நவராத்திரி,  
பொய்யளி சேஷம்." இவ்வுத்தேன்.

"ஆமாம். முக்கியமான கற்சுவம். தீபாவளி நிகழ்வுப்போட்டியை விடக்கூடிய பண்டிகை."

“ஆமாம் சார் எவ்வளவுச் செய்திகளை புகுசும  
களை தரப் போகிறீர்கள்?”

"மம். புதுமைகளை கமந்து வராத மாரக்  
செட்டியும் மாரக்கெட்டிய் பண்ணப் படாத



தேவரே பிறந்து விட விரைவுயாகவான் மார்க்கெட்டிலுமிருந்  
அறிமுகம் செய்கிறோம்" அளர் சொற்களனைத்  
தேடிப் பயன்படுத்தும் தோத்தி கூட புதுமையான  
செட்டாத்தரர் "தரே கரையடிப் ஒரு சுவர் செட்  
என்று நாங்கள் அறிவித்தது பெரும் கார்போரேஷன்  
பெற்றது இப்போது பராக்ஷ ஒவ்வா வர்எச்  
பள்ளியுமிருந் தருக்தா வர்க்கத்தான தோத்தி மகன்  
"தமிழன் இதற்கும் ஏனாி எய்தத்தவ கூட எட்டாது"  
என்று ஒத்தும் 2 விஷயங்கள் எவரமும் இடீ  
மராராபு. பந்து சபையார் தனையும்துயிர் இடீ  
எவரத்தான அவர்களுக்கும் ஆன்மீயோம்எய்யமாகி  
சாதித்த நாங்கள், இப்போது மறு விவரையார்ந்த  
தனம் பதித்த தனையையும எல்லோரும் வாய்க்க  
கூடிய விவரையிற் எல்லோரும் ரசிக்கும் இவ்வகையில்  
மினியம் ரூ. 2000க்கு ஒரு செட் எவது அறிமுகப்  
படுத்தி இருக்கிறோம்-

“ஏய்லோரூப் வரங்கு கூடி வ  
 மனைமலர்” என்பது துருதிக்குள்ளு  
 னாயத்த நூலு செட்கள்” என்று  
 பேசப்பெற்றது.

“எங்குதலும் நமக்கடை  
பயிரிவ டவா ஒவற்றெயுடா  
செயலுகள் திரையாடா மா  
விளாப்பாங்கு டிரைபு அதுவா  
பாட. திரைபு பாடா காரா  
காப்பா பாதுகா பாதுகா  
காப்பா பாதுகா பாதுகா

[illegible]

“கனகாபிஷேகம்” தனது ஸ்ரீரங்கபெரியநாயக்கரு  
ளவாழியினால் பலத்திரைத் தூதர்களிடம் பீரம், மங்கள  
கனகாபிஷேகம் நிகழ்த்தப்பட்டு, பெரிய கனகாபிஷேகம்  
நிகழ்த்தப்பட்டுள்ளது.

தள்ளுபடி விற்பனை

தலைகா மாணிகத்தில் நடக்காத விஷயம்  
காரண நடத்தி காட்டுவதற்குக் கொண் வரவுக்காக  
யாளர்கள் மனமாவாயவாய துவிவயவளி பீது காட்டும  
பொருட்களை சீர்திருத்த நடவடிக்கை எடுத்த இப்  
பொருள் புரிந்தது."

"அதுவாட்டுமல்ல எவ்வளவுதான் நிகழ்ந்திருக்கிறது போலீஸ் வசனங்களாகத்தான் விதி கொள்கிறார்கள்" "எக்ஸ்ப்ளேனேஷன் வந்து உடனே விடுதலை கொடுத்தே அதாவது"

[illegible]

<sup>1</sup>மிகவும் நெருக்கி வளர் வதை உருவக் காட்சி கொட்டியது. அத்தொழிலாளர் கைநாடி சிறந்தவர்களுக்கு உயரமான எல்லைகளில் பூங்கா துவக்கத்தைத் துறை போட்டு துவக்கினார்.

மிகவும் சரியாகவும், தொழில்நுட்பமும் கொண்ட இவ்வுள்ளியைச் சான்றிதழ் மீதில் கித்தானைக் கொண்டு வருவதற்குப் பிறகு "பெண் கத்திரி" என்பதே அந்த இடத்தில் இருக்கிறது. "பெண் கத்திரி" என்பதே அந்த இடத்தில் இருக்கிறது. "பெண் கத்திரி" என்பதே அந்த இடத்தில் இருக்கிறது.

**ஸ்வாஸ்தியா ஜுவல்லரி**

6, பால்கா ரோடு, தி. தகர், சென்னை - 17.  
 தொலை: 8231986, 8231987, 8241201,  
 Cell : 9841035306



பெயர் வெளியிட விரும்பாத வாசலி.

அன்புச் சகோதரிக்கு.

பெரிய நகரில் படித்து வளர்ந்த நான் ஒரு சிலிரை ஊரில் வாழ்க்கைப்பட்டுேன். வேலைக்குச் செல்லோம், வாழ்வில உயாலோம் எனற கவவுகளுடா. திருமணமான பின்பு ஒரு மொரிய கூட்டுக் குடும்பம், கூட்டு வியாபாரம் உழவினர்கள் சொந்தங்கள் எல்லாம் அதே இடத்தில் உய்ளொன்று வைத்துப் புற

கிறாக்களே தவிர பெண்னின் மனோதிலை. வளர்ந்த குழ்திலை களையெல்லாம் கருத்தில் கொள் கிறாக்களா என்றால் இல்லையென்று தான் சொல்ல வேண்டும். நீங்கள் நகர நகர கீதத்தில்



வளர்ந்து கிளமத்திற்குச் சென்று எழும் கைப்பட்டதால் உங்களால் அந்தக் குழ்திலையை ஏற்றுக் கொள்ள முடியவில்லை.

எனக்குத் தெரிந்த ஒரு பெண்மணி யிள முற்போக் கள குடும்பத்தில் வளர்ந்து யிக அழகான கிராமத்தில் பொருத்திப் போனாள். நீங்கள் சொன்ன அத்தகைய பிரச்சனைகளும் அவருக்கும் உண்டு. மனிதர்களின் வேலாக்கள், துறாக்கள் எங்கேயும் உண்டு. ஆனால் நாம் இருக்கும் இடத்தில் நல்ல தக்கவைப்பைப் பாக்க ஆரம்பித்தோமானால் பிரச்சனை இல்லை.

பெண்மணின் யிக் கொடு களம்கள வற்றின் பிரச்சனை களையெல்லாம் நான் பத்திரிக்க ஆசிரியர் என்ற முறையில் அறிய நேருகிறது. அவற்றையெல்லாம் பாக்கும் போது உங்களைய் போன்ற ஒரு பாதுகாப்பான வாழ்க்கையை வாயும் பெண்கள் தங்களுக்குக் கிடைத்திருக்கும் நல்ல விஷயங்களை தினைத்து மகிழலாம். மனச்சோர்வு அடைபடாமல் இருக்கலாம்.

கிராம வாழ்க்கையில், கூட்டுக் குடும்பத்தில் தங்காம்களும் திறைய உண்டு. அவற்றைப் பாக்க ஆரம்பியுங்கள், வாழ்க்கை இனிக்கும்.

லக்ஷ்மி ஸ்ரீதிராசன், சென்னை - 34.

விசிறி சாயியார் மாறவு மாறாத பதித் தது. ரமண மாரிப்பும் சென்சர் களாடுபால மாணார். மகான்களுக்குக் கூட சென்சர் தவிர்க்க முடியாத ஒன்றா! அவர்களால்

# நட்பு வட்டம்



மொவறு பேசும் கூட்டம். பெண்களை இழிகாரகப் பேசும் ஆண்கள். ஏதாவது விதத்தில் உபயோகமாக நேரத்தைச் செலவழித்து ஏதாவதைப் பற்றி கறையேற விரும்புகிறேன்.

திருமணம் செய்யும் போது ஜாதகம், தட்சத்திரம் பாக்க

சகோதரிகளுடன் கலந்துரையாடல்



தோளையெல்ல முடிவாதா? பிறர் தோள் திரிக்கும் அவர் களுக்குக் கூடவா இந் திணைபா?

பிறர் துன்பங்களை அவர்கள் வாங்கிக் கொள்வதாலேயே அவர்களுக்கு அந்நுன்பங்கள். அவற்றை அவர்கள் அமைதி யாக ஏற்றுக் கொள்கிறார்கள். தங்களுடைய வலி போக வேண்டும் என்று அவர்கள் திணைப்பதில்லை. ஏமண மகரீஷி கொடுமைபாள் வலி யிலும் மயக்க மருந்து வேண்டாமென்று சொல்லி, சிகிச்சை செய்வதைப் பார்த்துக் கொண்டு இருப்பாராம். மகான்கள் மக்களுக்குக் காத்த தாய்கள் பாவம் கமக்கிறார்கள்.

பருத்திவிழுபரதிகள் நீங்கள் வருத்தத் தோடு கேட்பதைக் கிண்டலாகக் கேட்பார்கள். நம் வாழ்க்கையிலேயே இதை உணர முடியும். நமக்கு மிகுந்த அன்பாளர்கள் வலியால் அவ திப்பிடும்போது நம் மனம் எத்தனை வலிக்கும்? இன்னும் தீவிரமான உணர்வு இருப்பவர்களுக்கு அதே இடத்தில் வலிக்கவே செய்யும்! அதே போலத்தான் மகான்கள், தங்களை நாடி துயர்தீர்க்கச் சொல்லும் அன்பர்கள் மீது அளவிலா கருணையைப் பொழிகிறார்கள்.

அதனால்தான் பொதுவாக மகான்களைப் பார்த்தும் போது அவர்களின் அருளையும், ஆசி களையும் கோரலாம். அதுவே நம் துயரைத் துடைக்கும். என் வலியைத் தீர் என வேண்டாம் இரக்கமாம். இறைவனிடம் "எனக்கு இது செய்" எனக் கேட்கும் பிரார்த்தனையை விட "என்னைச் சரியாக வழிநடத்திச் சொல். நீயே, அரணம்" என்னும் பிரார்த்தனைக்கு வலிப்பு அதிகம்.

அ) அராங்கம் தேர்தலில் போட்டியிடு பலருக்கு 75 வயது பூர்த்தியாக வேண்டும் என்று சட்டம் கொண்டு வந்திருக்கிறதே அது போலயுடுத்த வயது வளரநான் தேர்தலில் போட்டியிடலாம் என்று சட்டம் ஏன் கொண்டு வரவில்லை? 70/80 வயது வரை போட்டியிடும் அரசியல்வாதிகளைத் தடுத்த திறந்த வேண்டும்.

வயது முதிரும்போதுதான் மிகப் பெரும் நிர்வாகச் சிக்கல்களுக்கு அனுபவரீதியாக விடைகளை திறனம் வரும். அதற்காக எல் லாம் வயதானவர்களாகத்தான் இருக்க வேண் டும் என்று சொல்லவில்லை. இளைய



வர்களின் துடிப்பும், வயதான வர்களின் பக்குவமும் சேரும் போதே நல்ல அரசாங்கம் கிடைக்கும்.

இளைய வயதிலேயே மிகப் பெரிய பதவி கிடைப்பது கூட தவறுதான். சில விதிவிலக்குகள் இருக்கலாம். மெதுவாகச் சொல் கிறேன். இப்போதெல்லாம் சிறிய வர்கள் ஏராளமாக சம்பந்திப்பது ஏற்படுதல்வாம் வந்திருக்கிறது. இதனால் பல குடும்பங்களில் பல வேறு பிரச்சனைகள். பணத்தின்

அருமை, உறவுகளின் பெருமை இளையவெல் லாம் ஒதுக்கப்படுகிறது. இளையவெல்லாம் இன்று வளர்ந்து வருவதைப் பார்த்துக் கொண்டு இருக்கிறோம்.

நாவரசி, சென்னை - 73.

நீண்ட நாட்களாக எம் லாரிஸ் மாதர் சங்கம் நிறுவ எண்ணம். இம் மாதம் நிறுவ எம்மொள்ள தருதிகள் வேண்டும்! எங்காவது பதிவு செய்ய வேண்டுமா? எத்தனை உறுப் பினர்கள் ஆரம்பத்தில் சேரக்க வேண்டும்? இதன் செயல்பாடுகள் யாவையென அருள் காந்து எங்குத் தெரிவிக்க வேண்டுமிறேன்.

முதலில் மாதர் சங்கம் ஆரம்பிக்க அனுமதியோ, பதிவே தேவையில்லை. அன்பும், சுகவருக்கொருவர் அனுரணனையும் தான் தேவை. நான்கு பேர் கூடி உபயோகமாக ஏதாவது செய்தாலே மாதர் சங்கம்தான். கொஞ்சம் கொஞ்சமாக உறுப்பினர்களைக் கூட்டிக் கொண்டே போகலாம். சென்னையில் நிறைய மாதர் சங்கங்கள் உள்ளனவே! அவற் றோடு பல விழைகளில் இணையலாம். ஒரு வருக்கொருவர் அறிமுகப்படுத்திக் கொண்டு நிறைய உதனைகள் செய்வலாம். பதிவு செய்து கொள்ள வேண்டுமென்றால் தமிழக அரசின் சமூக நல வாரியத்திலோ, இந்திய மாதர் சங்கத் திலோ பதிவுசெய்து கொள்ளலாம். பதிவு செய்து கொண்ட பின் மாதர் சங்கங்களுக்கு நிறைய அரசாங்க உதவிகள் கிடைக் கின்றன.



மஞ்சளா ரமேஷ்

மங்கையர் மலர் வாசலி.

'என் மகிழ்ச்சியில் சரிகாஷா பிரிந்து போன சமயம் 2 வகுப்புகளுக்கு முன்பாக நானும் எனது 30 வயது அருமை மகனை பறி கொடுத்து விட்டேன். ஆரோக்கியமாக குழந்தைகளை வளர்க்கக்கூடிய, ஓரளவு படித்த நடுத்தர குடும்பத்தைச் சேர்ந்தவர்கள்தான் நாங்கள். 'பெரிசாடைப்ஸ்' என்ற நோய் எனது மகனுக்கு வந்திருக்கிறது. வந்த கவமே தெரியவில்லை. அறுவை சிகிச்சை செய்து 15 மணி நேரம் நன்றாக எழுந்து உட்கார்த்து இருந்த மகன் எங்களை விட்டுப் பிரிந்து போய் விட்டான். கடவுளுக்குக் கண் இல்லையா? நானும் வெகு காலமாக விலக்கு வந்தோத்திரம் சொல்லி வருவேன். ஐஸ்வர்ய லக்ஷ்மி பூனா செய்து வந்தேன். எங்களுக்கு இதுதான் கொடுப்பினை என்றால் நாங்கள் மன்றாடிய கடவுள் மகளை எங்களுக்கு படுக்கையுடனாவது இருக்கும்படி, கொடுத்திருக்கக் கூடாது? எம்.எஸ். உதயமூர்த்தி அவர்கள் கூறுவது போல் பிரார்த்தனையைத் திரும்பத் திரும்பக் கூறும் போது அதற்கு வலிமை மில்லையா? நாம் எவ்வளவு நன்மைகள் செய்தாலும் நடப்பதுதான் நடக்கும் என்றால் கடவுளை மன்றாட வேண்டிய அவசிய மில்லைவே.

மற்ற இரண்டு பிள்ளைகளையும் வளர்க்க வேண்டுமே என்று எங்கள் கடமைகளைச் செய்ய நிர்ப்பந்திக்கப்பட்டுள்ளோம். உடம் மில் தெம்பே இல்லை. வீட்டையே திருப்பி வைக்கக்கூடிய அளவு கூறுகற்பாச வேலை செய்யும் எனக்கு வேலையே செய்ய முடிய வில்லை. கரையான் அரித்த புத்தகம் போல், உப்புறம் எல்லாம் செல்லரித்து, வெளிப் பார்வைக்கு மட்டும் காட்சிப் பொருளாக இருக்கிறோம்.

கடித ஆரம்பத்தில் நான் எழுதிபுள்ளதைப் போல் இவ்வாறும் என்று கடிதம் தங்களால் கவனிக்கப்பட வேண்டும். என்ன செய்யலாம்

என ஆலோசனை கூற வேண்டும்.

உங்களுடைய மிக நீண்ட கடிதம் படித்து மிகவும் வருத்தமாக இருந்தது. சோகங்களி லேயே புத்திச் சோகம் மிகவும் கொடியது என் பார்கள். அதிவிருந்து மீள மிகவும் நாளாகும் என்பது உண்மைதான்.

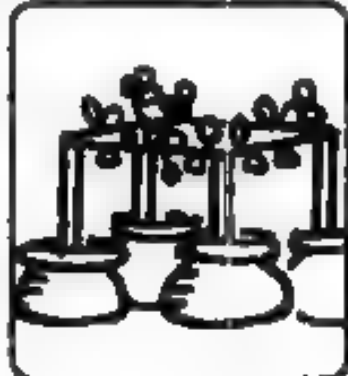
பிரார்த்தனைகளைப் பற்றியெல்லாம் எழுதி இருக்கிறீர்கள். வாழ்க்கையில் வேறு வழியே இல்லை, இப்படித்தான் இருந்தாக வேண்டும் என்ற திகை வரும் போது அதனை ஓரளவு கதாரித்துக் கொண்டு ஏற்றுக் கொள்வதுதான் தல்லது. உங்களுடைய மற்ற குழந்தைகளின் மனதிகலையை யோசித்துப் பாருங்கள். எப் போது பார்த்தாலும் அழுக்க, சோர்வு உடல் பலவீனம் என்ற குழந்தையிடையேயே வளரும் அந்தக் குழந்தைகளின் எதிர்காலம் எப்படி இருக்கும்? அவர்களுக்காக உங்களை மாற்றிக் கொண்டு நாம்மல் திகைக்கு விரைவில் வாரும்.

பல விஷயங்கள் ஏன் நடக்கின்றன என் பதை நாம் அறிய மாட்டோம். பல வருடங்கள் கழித்த பிறகுதான் உண்மை தெரியும். இன்ற வளிடம் பிரார்த்தனை எப்பது நாம் பாவவி னையுடன் வாழ்வதற்காக வேண்டுவதே. எனக்கு இதைக் கொடு, அதைக் கொடு எனக் கேட்பதற்காக அல்ல.

இவற்றையெல்லாம் இன்று ஏற்றுக் கொள்ளும் நிலையில் இல்லைவென்றால் ஒன்று செய்யலாம். வறுக்கட்டாயமாக உங் களை ஏதேனும் ஒரு பொழுதுபோக்கில் ஈடு படுத்திக் கொள்ளுங்கள். உண்பார்ப்பது போல சோகமான உணர்வுகளை வளர்க்கும் பொழுது போக்காக இருக்கக் கூடாது. மனதை உள் விக்கும் குழந்தை வேண்டும். திவானம் தனி யாகச் செய்ய முடியாது. கூட்டு பிரார்த்தனை நடக்கும் இடங்களுக்குச் செல்லலாம். விரை வில் உடல், மனம் நலம் பெறுங்கள்.

மொட்டை மாடியில் செடிக்குப் பந்தம் போட என் உதவிகள் கடைபிடித்த எனிய வழி உங்களுக்கும் பயன்பட வாமே ஒரே மாழி அளவில் 4 கோணி சாக்குப் பைகளில் அரை பாகத்திற்கு மேல் 5க்குக் கீழ் அளவு மணல் நிரப்பி அதில் மூங்கிலை நடுவில் கொருவி நான்கு பக்கங்களும் வைத்து, குறுக்கில் எட்டம் அத்து கம்பி போல் இணைக்க கொடி படர நாம் பூ பறிக்கும் அளவு உயரத்தில் சிமென்ட் தரையில் பந்தம் தரையைக் காயப்படுத்தாமல் செடி.

- சரஸ்வதி கவாமிநாதன்.



# Diwali Special



10%

முதல்

20%

சிறப்பு தள்ளுபடி

**Attractive Gift**

**with every purchase worth Rs.1000 & above**

All major credit cards accepted

மிகவும் விலைமீட்டி-தகுதல். நெருங்கிய உறவுகளை மேம்படுத்தும் பரிசு. அமெரிக்கன் அம் டிரா, துண்டி, Coral, Pinwheel Bead, Oxidized Jewellery, Gold Wax Jewellery, Imported Beads in all Colours, Hyderabad Old Gold Beads, Jade, Ruby, Emerald & Blue Sapphire Necklaces and, இவை அனைத்துமே எங்கள் பில் மூலம் கிடைக்கும்.



## NARAYANA pearls & gems

[www.narayanapearls.com](http://www.narayanapearls.com)

### MAIN SHOWROOM

Basement, KASH ARCADE,  
(Eggar Road Junction),  
Near to G.R.T Hotel,  
135, So Thyagaraya Road,  
T Nagar, Chennai - 17  
Ph: 825 8714 | 8213457

### PONDY BAZAAR

FATHMA PLAZA, (Singapore Plaza)  
78, Pondy Bazaar  
(Between Hotel Hameeda &  
Blue Star Optical),  
Chennai - 17 Ph. 821 6384.

### PURABAWALKAM

Basement, WARIKI COMPLEX  
Devotion Signal  
Purabawalkam,  
Chennai - 7.  
Ph. 332 8911

SHOPS OPEN ON SUNDAYS TILL DIWALI



காபி, டீயன், சாஸ உணவு தங்குமிடம் உள்பட சுற்றுலாக்கள்

## நவஜோதிர்லிங்கம்-பஞ்சதுவாரகா

✦ உத்தியினி - ஓம்காரேஸ்வர் - மமலேஸ்வர் - நாகேஸ்வர் - கோம  
நாத் - நாகிக் - தபோவனம் - முக்திதாம் - ஷீரடி - எம்மோரா -  
மிருங்கேஸ்வர் - திரிவம்பகேஸ்வர் - நாகநாத் - கைத்பநாத் - பீமசங்

கர் - கோமதி துவாரகா - பெட்டி துவாரகா - கல்யாண துவாரகா - லாவதுவாரகா - முக்தி துவாரகா -  
பொன்பந்தர் - சனி சிங்கையூர் - 19.11.2001 மற்றும் 8.3.2002 முதல் 18 நாட்கள் 3 TIER ரயில் &  
கடகில் பல சுற்றுலா ரூ. 5990

✦ DELHI - JAIPUR - BOMBAY - டெல்லி - ஆகிரா - மதுரா - பிருத்தாவன் - ஜெய்ப்பூர் - பம்பாய் -  
பண்டரிபுரம் - 19.11.2001 முதல் 11 நாட்கள் 3 TIER ரயில் ரூ. 3990

✦ GOA - BOMBAY - AJANTHA - ELLORA - கைத்பநாத் - அபுரங்கபாத் - கைத்பநாத் - எம்மோரா -  
ஷீரடி - சனி சிங்கையூர் - நாகிக் - தபோவனம் - முக்திதாம் - பம்பாய் - கோவா 19.11.2001  
மற்றும் 23.12.2001 முதல் 11 நாட்கள் 3 TIER ரயில் & கடகில் பல ரூ. 3990

✦ KARNATAKA - கர்நாடகா - தென் பண்டரிபுரம் - பன்னாரி - தென்திருமலை - கைத்பநாத் - கப்தாந்  
நாமஸ்தலம் - உடுப்பி - ஸ்ரீ மகாமலிகை - தென்கைத்பநாமலை - சிருங்கேரி - பேரூர் - ஹவபேடு  
- சரவணபெலகூரா - 21.11.2001 மற்றும் 25.12.2001 முதல் 7 நாட்கள் கடகில் பல ரூ. 1590

✦ KASI - CALCUTTA - DELHI - BOMBAY - பூரி - கோனாரகி - புலகேஸ்வர் - கைத்பநாத் - கபா -  
காசி - சரவணாத் - கியாசகாசி - திரிவேணி - டெல்லி - ஹரித்துவார் - ரிஷிகேஷ் - ஆகிரா - மதுரா -  
பம்பாய் - 8.3.2002 மற்றும் 19.4.2002 மற்றும் 10.5.2002 முதல் 16 நாட்கள் 3 TIER ரயில் ரூ. 4990

## குமரன் டிராவல்ஸ்

20, வடக்கு சித்திவிநாயகம், மதுரை - 825001. போன்: 621519

வினை: P.V.T. ஷாப்பிங் கம்பளக்ஸ், ■, ரெங்கதாதன் தெரு. (முருகன் டெக்ஸ்டைல்ஸ்  
எதிரில்) தி. நகர், சென்னை - 600 017. போன்: 4323106 & 4342789

## ARTHRITIS/மூட்டு வலி

(OSTEOARTHRITIS, RHEUMATOID ARTHRITIS,  
ANKLOSING SPONDYLITIS, GOUT)

மூட்டு வலி, கை கால் மூட்டு வீக்கம் வலிகள், கை, கால்  
விறல் மூட்டுகளின் வீக்கம் மற்றும் வலி, கழுத்து வலி,  
முதுகு தள்ளின் தலை பக்கமும், இடுப்பு பக்கமும் வலி,  
இடுப்பு எலும்பு இணைப்புகளில் வலி, குதிகால் வலி  
முதலியனவை (பல ஆண்டுகளாக இருந்தாலும்)  
வித்தியாசமான இயற்கை முறையில் பக்க விளைவுகள்  
இல்லாமல் நலம் பெற, அணுகவும்.

சூழிப்பு : ஏலாபூரில் இருந்து வருபவர்களுக்கு குறைந்த செலவில் தங்க,  
ஏர்கண்டிஷன் மற்றும் சாதாரண சூடுகள் வாடகைக்கு எங்கள் ஆஸ்பத்திரியில்  
கிடைக்கும். சாப்பாட்டு உணவு வசதி உண்டு.

## ADYAR NATURE CURE CENTER

No. 6, SECOND CROSS STREET, KASTURBHA NAGAR, ADYAR, CHENNAI - 20.

Phones : 4413399, 4402470. Tele. Fax : 044-4916650

(காந்தி நகர் பஸ் டெப்போ எதிரில் Auntie & Uncle Shop பக்கத்தில் உள்ள தெரு)

**அலுவலர், அம்பத்தூர், சென்னை**  
- 53.

**கேள்வி :** சமீபத்தில் குழந்தைகளுக்கு "டான்சில்ஸ்" வந்து பாடாய்ப்படுத்திவந்து இதை ஆரம்ப நிலையிலிருந்து குணப்படுத்த முடியுமா? வராமல் (அ) அதிகம் கஷ்டப் படாமல் இருக்க நற்காப்பு முறைகள் ஏதும் உண்டா?

**டாக்டர் :** ஹோமியோபதி மருத்துவன மூலம் டான்சில் தொந்தரவுகளை முற்றிலும் குணமாக்க முடியும். அதுவே நினைவையும் தேவைப்படாது டான்சில்ஸ் எனதும் ரதோ ஒரு கட்டி தொண்டையில் வளர்ப்பாகிறது என்று மற்ற இடங்களில் வளரும் கட்டிகளை ஒப்பிட்டுப் பார்த்துப் பங்கு விடாதின.

டான்சில்சுள் அனைவருக்கும் இருக்கும் இருக்கவும் வேண்டும் இவை நோய்க் கிருமிகளை எதிர்த்துப் போராடும் பாதுகாவுவராக தொண்டையில் இருமருங்கிலும் இருக்கும் டான்சில்சுள் வெள்ளை அணுக்கள் ஏராளமாக இருக்கும். இவைகள் தான் நோய்க் கிருமி களோடு போராடு கின்றன. டான்சில்சுள் கரக்கும் தினதீரில் நோய்க் கிருமிகளின் விஷ தன்மையை முறிக்கும் "எதிர்ப்பு சக்தி" உற்பத்தி செய் யப்படுகிறது.

உங்கள் குழந்தையை வாயை திறக்கச் சொல்லுங்கள். "ஹா" என்று சொல்லச் சொல் லுங்கள். டார்ச் அடித்துப் பாருங்கள். தொண் டையில் இருமருங்கிலும் பிளையிலாவைப் போலத் தெரிகிறதே அவைதான் டான்சில்சுள்! எத்தத் தொந்தரவும் இல்லாத சமீபத்தில் சிறி தாக இளஞ்சிறப்பு நிறத்தில் இருக்கும் ஆனால் குழந்தைக்குத் தொண்டைவலி இருக்கும் போது பாருங்கள் சிலந்து போய் விட்டு இரத்தம் கலிவது போல இருக்கும். சிழ்வுட்டிகள் மஞ்சள் நிறத்தில் திட்டுதிட்டாகத் தெரியும்.

இந்த டான்சில்சுள் புண்ணாகி "டான்சில்ஸ் டிஸ்" நோயை அடிப்படையாகக் காரணம் சளித்தொந்தரவு ஆகும். ஒல்லாசம் அல்லது நோய்க் கிருமிகளால் சளித் தொல்லை நோன்றலாம் இந்த இரண்டும் நோன்றக் காரணம் உடலில் நோய் எதிர்ப்புத் திறன் குறைவதுதான்.

பொதுவாக சளி சில குழந்தைகளுக்கு அடிக்கடி பிடித்துக் கொள்ளும் "ஆசா, ஆசா" என்று மும்மலை காவை நேரங்களில்

போடுவது, மூக்கில் சுவை வளர்த்து மூக்கடைத்துக் கொள்வது. பெரும்பாலும் ஒவ்வாமை வகையைச் சேர்த்ததாக இருக்கும்.



குரல் கம்மல்,

தொண்டை வலி என்று ஆரம்பித்து சளி, காய்ச்சல், தளவலி என்று தொடங்குவது நோய்க்கிரமி தாக்குவதால் இருக்கும் இரண்டு வகைகளும் மாந் மாநி தாக்குவதும் உண்டு. ஒன்றுடன் இணைந்து கொள்வதும் இருக்கும். இப்படி

# குழந்தையை மிரட்டிப் பயனில்லை



**பதில்கள் :** டாக்டர். ஞானசம்பந்தம்

சனித் தொந்தரவு ஆரம்பித்தவுடன் டான்சில் உள், கிருமிகளையும் ஒவ்வாமைப் பொருள் களையும் எதிர்த்துப் போராடும் போது அவைகளில் புண உண்டாகும். எனவே குழத் தைகளும், சிறுவர்களும் முழுக்க முடியாமலும், பேச முடியாமலும், சிரமப்படுவார்கள். கிருமிகளின் தாக்குதல் அதிகமானால் காய்ச்சல் வந்து விடும். சோர்ந்து போய் விடுவார்கள்.

"டான்சிலையுடன்" அருமை சிசிச்சை இல் லாமல் குணப்படுத்த வேண்டும் என்றால் நோய் எதிர்ப்புத் திறனை உருவாக்க வேண்டும். அப்போதுதான் முழுமையான குணம் பெற முடியும். நோயியோபதி மருத்துவத்தில் ஆங் கில மருத்துவத்தில் உள்ளது போல "ஆண்டி பியோடிக்ஸ்" கிடைப்பது டான்சில்களின் குறி களுடன் குழந்தையின் மனோபாவங்கள், உடல் நிலைமையும் பரிசோதித்து மருத்துவன் அளிக் கப்படும்.

குண்டாக, அமைதியாக, தலையில் வியர்ப்பு டன் இருக்கிறதா? "கம்மோயிகார்ப்"

ஒவ்வியாக வெட்கத்துடன் இருக்கிறதா? "பகரட்டாகார்ப்"

பிடிவாதம், கோபம் அமைதியில்லாமல் இருக்கிறதா? "காமோயில்லா" என்று எங்கனது பிரிமிமிரிப்புகள் மாறுபடும். இப்படி பல குறி களை அடிப்படையாக வைத்து மருத்துவன் தெரிவு செய்யப்படும். சரியான மருத்து, நோய் எதிர்ப்புத்திறன் குழந்தைக்குக் கூட்டி விடும். அடிக்கடி சளி பிடிக்காது, காய்ச்சல் வராது. டான்சில்களும் ஆரோக்கியமாக தொந்தரவு இல்லாமல் இருக்கும்.

தற்காப்பு முறைகளைப் பொறுத்தவரையில் டான்சிலைட்டிகள் இருக்கும் போது கடுந்தீவிர ஆற்றைத்து சிதிது உப்பு சோத்துக் கொப்பளிப் பது தல்ப பலனைக் கொடுக்கும். பதன்



கல்பாணங்களில் மாலைகளில் இருக்கும் ஹீலிளா காகிதங்களை எடுத்து சிற சிற துண்டுகளாக ஏவட்டி சேகரியுங்கள். திரும்மாங்களில் திரும்மா நோய்களுக்கு மலர் தூவும் போது இந்தக் காகிதத் துண்டுகளையும் கலந்து ஓலினால் மிக அழகாக இருக்கும், நேரிலும் வீடியோவிலும்.

- சரஸ்வதி கலாநிதாதன்.

சொத்தை இருந்தால் உடனடியாக பஸ் மருத்து வரிடம் சென்று ஆலோசனை பெறுங்கள். அந்நி வீடுக்கும் கிருமிகள் கூட டான்சில்களை அடிச் சுடி வீங்க வைக்கும்.

தண்ணீரைக் காய்ச்சி, ஆறவைத்து ஒரு பாட்டிலில் ஊற்றி ஓடி வைத்து அதை குழந்தைகளுக்குக் கொடுக்கலாம். இது வெளிப்புர் செல்லும் போது மிகவும் கடை பிடிக்க வேண்டிய ஒன்று. குளிர்ச்சியாக பொருட்களை முடித்த வரையில் தவிர்ப்பது தலையு வாழைப்பதும், எலுமிச்சை, ஆரஞ்சு, பைள ஆப்பிள், இராட்சை போன்றவைகளைத் தவிர்ப்பது தலையு ஆப்பிள் சாப்பிடலாம். பழங்களை கடுதிரில் கழுவினால் கிருமிகள் அழித்து விடும். ஒவ்வாமை உபகன் குழந்தைக்கு இருந்தால் எத உணவுப் பொருள் ஒவ்வா மையை உண்டாக்குகிறது என்று தெரிந்து கொள்ள ஒவ்வொன்றாக கொடுத்துப் பார்க்க வேண்டும். தும்மல், சளி ஏற்பட்டால் ஒவ் வொன்றாக விசங்க வேண்டும். ஏனென்றாக அலர்ஜி ஒருவருக்கு ஒருவர் மாறுபடும். தயிர், ஐஸ்கிரிம் போன்றவைகளைத் தவிர்க்க வேண் டும் சாக்ஸெட், இனிப்பு வகைகள். செயற்கை பானங்களையும் தவிர்த்து விடுங்கள். இவை சளியை அதிகப்படுத்தும். ஒவ்வாமைமும் உரு வாகக்கலாம் இந்த தற்காப்பு முறைகள் தந்தாலே மாதத்தான சொல்லிதேன். குணமான பின் சாப் பிட்டுப் பாருங்கள் ஒன்றும் செய்யாது?

மன். வீணா, சிதம்பரம் - 1

கேள்வி : டாக்டர்! என்முறைய ஆண் குழந்தைக்கு இரண்டு வயது ஆகிறது அவனுக்கு 5 மாதம் முதல் பால் மற்றும் சாக்கரை உள்ள எந்த உணவுப் பொருள்கள் சாப்பிட்டாலும் ஒத்துக் கொள்வதில்லை. டிசண்டரி வந்து விடும். (5 மாதம் வரை தாய்ப்பால் மட்டுமே கொடுத்தேன்) இதுபற்றி டாக்டரிடம் விசாரணை செய்ததில் இது ஒரு லீயாறியே அல்ல, இவனுக்குப் பாலில் உள்ள சர்க்கரை மற்றும் சர்க்கரை உள்ள உணவுப் பொருட்களை செரிப்பதற்குரிய என்சைம் கரப்பதில்லை என்றார். அதனால் எந்த உண வும் சாப்பிட முடியாமல் கஷ்டப்படுகிறான். எவகளுக்கும் இந்தச் சிறு வயதில் அவன் கஷ டப்படுவதைப் பார்க்க மிகவும் கஷ்டமான உள் ளது இது குணமாகுமா? சரி செய்ய ஏதேனும் வழி இருந்தால் உதவும்.

டாக்டர்: உங்கள் குழந்தைக்கு நீரண தீரன் சரியாக கரக்கவில்லை என்பது சரியான காரணம்தான் இதன் இயக்கத்தைச் சரிப்படுத்து நோமியோபதி மருத்துவ முறைப்படி "கான்ஸ்டிப்யூஷன்" அடிப்படையில் மருத்துவன் அளித்தால் சரியாகிவிடும். உயிழ்ச்சி, இரைப்பை





# Supreme

கில்லாத சமையலா?  
**No Chance !**

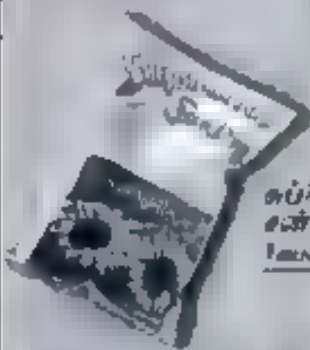
உங்கள் சூப்பாக்கில் உயிர் துர்வா நுகரில்  
உடையதென பிட்டுவாங்க உயர்த்துங்கள். அவர்  
உயிர் உணவாக உயர்வாக  
ஆரோக்கியமான உணவாக. அது உயர்வாக உணவு  
அதுவாக உயிர்



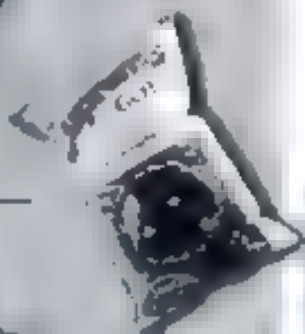
சுப்ரீம்  
அக்ஷயா  
செய்வகம் ஆயில்



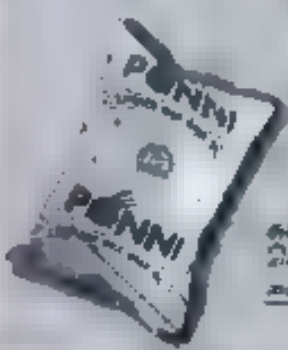
சுப்ரீம்  
வளம்பதி



சுப்ரீம்  
சூன்வளம்  
செய்வகம் ஆயில்



சுப்ரீம்  
சூன்வளம்  
செய்வகம் ஆயில்



சுப்ரீம்  
பென்னி  
செய்வகம் ஆயில்

சுப்பாது தீவிர சீரமைதி கல்வாழ்த்துங்கள்



SSD Oil Mills Company Ltd., (An ISO 9002 certified company)  
17C, Wyser Street, T. Nagar, Chennai - 17. Ph: 8281803 / 8236612 Fax: 8236817.  
email: ssdmkg@sathyam.net

Distributors enquiries solicited

32 400-800-8000  
COURT REPORTERS

### Prob. 8. Jayaraman



நீர் மற்றும் பீத்தநீர் தண்ணீர் கரக்க ஆரம் பிக்கும் வயிற்றுப்போக்கு எப்படி இருக்கிறது என்பதை கவனித்துப் பாருங்கள். மலத்துடன் சளி கலந்து போனால் வயிற்றில் பூச்சிகள் இருக்கலாம். சாப்பிட்ட உணவு முழுவதையும் மலத்தில் போனால் சொரிமான போகாதுதான். கடுப்பாக இருந்தால் குடல் புண்ணீலிடுத்து இரத்தக்கசிவு இருக்கலாம்.

குழந்தைக்கு வாய்ப்புள் அடிக்கடி வரும் நிறா என்று கவனித்துப் பாருங்கள்! இருந்தால் குடலில் புண் இருக்கும் ஒரு சில குழந்தைகள் பட்டபட்டபுடன் துறுதுறுவென்று இருந்தால் Anxiety Neurosis இருக்கும். அதுவே வயிற்றுப்போக்கு. ISS (Intable Bowel Syndrome) ஏற்பட காரணமாகி விடும். சாப்பிட்டவுடன் மோஷன் போவார்கள். அடிக்கடி வயிற்றுப் போக்கு இருந்தால் குழந்தைகள் ஒவ்வொரு விருவார்கள். மலம் தண்ணீரைப் போலவே மிகவும் இடைப் போனால் வயிற்றுப் போக்கு (Diarrhoea). மலத்துடன் இரத்தம் கலந்து போனால் இரத்தக்கடுப்பு (Dysentery) இரத்தமும் சூழப்பிக் கொண்காதிர்கள்

சிரிசை அளக்கும் போது இவை அனைத்தையும் கவனத்தில் வைத்து, சிரிசை அளித்தால் சூனமாகி விடும். ஹோமியோபதி மருத்துவத்தில் சூரிகளுக்கு ஏற்பட மருத்து மாவும்

மமா, செக்ஷன் - 33.

கோண்டி : என் மருத்து 7% கலதாதித்து அவளுக்குத் தூங்கும் போது நிப்பிள் போடும் பழக்கம் உள்ளது. இதற்கு ஆலோசனை உதவும் பயமுறுத்தலுது, வேப்பென்சென்ஸ் தடவுவது போன்றவை பலன் அளிக்கவில்லை

டாக்டர் : வாயில் நிப்பிள் போடுவது, காசுபட்டவுது, தூங்கும் போது தாயின் முடிசை, செவ்வை வகுடுவது போன்றவைகள் ஒரு கண்ணாடி குழந்தைகளுக்குத் தோல்விறகு சில பெரியவர்களையே எடுத்துக் கொள்ளுங்களேன். "டாயலெட்" போதும் போது செல்கிறதான் வாயில் வேண்டும் என்பார்கள். இந்த அனிசை செயல்கள் பழக்கமாக மாறிவிடுவதும், சிகரெட், மது குடிப்பதற்கு "அடிக்கடி" ஆக மாறிவிடுவதும் ஒன்றாக. இந்தச் செயல்கள் மூலையில் பதிவு ஆகி விடுகின்றன. இவை விலக வேண்டுமானால் மூளைப்பதிவை நீக்க வேண்டும். அடித்து மிரட்டிப் பவன் இல்லை.

வெறுப்பை ஏற்படுத்த வேண்டும் முதலில் முகம் அழகு இழந்து விடும் என்று சொல்லிப் பாருங்கள். சிறு குழந்தைகளுக்கு அவ்வளவு முக்கியத்துவமாகத் தோன்றாது. சிறுவர்கள் கேட்பார்கள் பம் மூன்றால் வந்து விடும். விசாரமாகி விடும் என்று கொஞ்சம் கொஞ்சமாக உவமைகளைக் காட்டுங்கள், ஒரளவு புரிந்து பழக்கத்தை விட முயற்சிக்கும்.

ஒரு குழந்தை எக் குப்பிறந்து என்று அழைத்து வந்தார்கள். நீங்கள் குறிப்பிட்டது போல் உருட்டல், மிரட்டல் ஒன்றும் பண்ணிக்கவில்லை என்று எப்பனின் அம்மா கூறினா. மலம், கழிவுப் பொருள்களைப் பார்த்தால் மிகவும் அருவெறுப்பு அடைவான் என்றும் கூறினார் தான் கொடுத்த மோசனைப் படி வீரலில் வைத்து விட்டார்கள். எப்பன் தெரியாமல் வாயில் வைத்து விட்டான். "ஹியோ! மோஷனை வாயில் வைத்து விட்டாயே!" என்று தாய் கூறினார். அவ்வளவுதான் எப்பன் வந்ததிலே எடுத்து விட்டான். அம்மாவை அடிக்க வந்து விட்டான். இந்த அருவெறுப்பு மூளையில் உண் பதிவை நீக்கிவிட்டது ஆனால் உண்மையில் தாய் எப்பனின் வீரலில் வைத்தது "மலம்" அல்ல. "மோசன"

இதுபோன்ற ஏதாவது ஒரு வுத்தியை கையாளுங்கள் அருவெறுப்பை உண்டாக்கியதை சிறிது சிறிதாக மாறி விடுவார்கள்.

இல்லையென்றால் நீங்கள் மனம் கலங்காமல் எதிர்பாராவிடாக இருந்தால் ஒரு முயற்சி செய்யலாம். நிப்பிளை தூர எறித்து விடுங்கள் தூங்காமல் இருந்தாலும் அடம்பிடித் தாலும் மனதை கலங்கிக்க கொண்டு கம்மா இருங்கள் ஐந்தாறு நாட்களில் மூளைப்பதிவு இருக்காது பழக்கமும் மாறாது விரும் மலம் இனிக்குதான் கூட நிப்பிளையோ மற்ற முயற்சிகளோ இடம்பெருக்காதீர்கள் தொல்லைவே இருக்காது! மாந்திரைகளில் தயவு தேவை பிச்சை.

[டாக்டர் ஆர். லூக்சம்பத்தம் ஏ.கே.பி. ஹோமியோபதி ஆராய்ச்சி மையத்தின் இயக்குநர் மற்றும் பட்டதாரி சங்கத்தின் பொதுச் செயலாளர். மங்கையர் மலர் வாசகர்களுக்கு அடுத்த இதழிலும் பதில் அளிக்கிறார். உங்கள் எந்தெங்களை மங்கையர் மலர் அல்லது [managavan@gmail.com](mailto:managavan@gmail.com) தொடர்பு கொண்டு கேட்கலாம்.]



சந்த வகைக் கோவையும் பொடிப் பொடியாக நுகரி, பொடிப் பொடியாக நுகரிக் கொள்ளும், பச்சை மிளகாயோடு சேர்த்து உப்புப் போட்டு வதக்கினால், நல்ல கைவகை உதிர் உதிராக பொரியல் நன்றாக இருக்கும்.

- கங்குலி ரங்கநாதன்.

இன்று கிராமம் விட்டு நகரத்திற்கு வந்து செட்டில் ஆகி விடுவது (என், வெளிநாட் டிற்கே போய் செட்டில் ஆவதும் கூடத்தான்) சகஜமாகி விட்டது. கொஞ்ச வகுடங்கள் கழித்து, இனி யார் கிராமத்திற்குப் போவார் கள் என ஒருநாள் போய் கிராமச் சொத்தை விற்று நகர பிப்ளட் ஆக்கி விடுகிறார்கள். ஆனால் அந்தக் கிராமச் சொத்தை அதே ஊர் கோவிலுக்காகச் செலவழித்து இருக்கிறார்கள் பெருளாமலிரு சகோதரர்கள்.

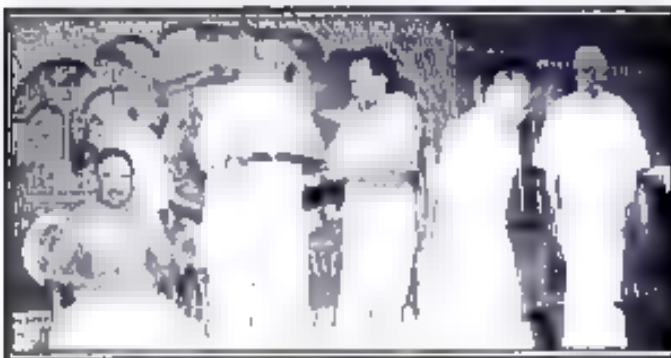
தஞ்சைக்கு அருகேயுள்ள கருவேலி கிராமத்திலிருந்து சென்னையிலும், டெல்லியிலும் புகழ்பெற்ற கிருஷ்ணமூர்த்தி, எவத்திய நாதன் சகோதரர்கள்தான் அவர்கள்.

பல நூறு ஆண்டுகளுக்கு முன்பு கட்டப் பட்டு, சோழ மன்னர்கள் காலத்தில் புனருத் தாரணம் செய்யப்பட்ட கோவில், பாடல் பெற்ற பெருளம் மிகுந்த தலம் கருவேலி சகோ தரர்களின் எவத்தியநாதலும், கிருஷ்ண

நாதனும் செய்து காட்டி விட்டார் எவத்திய நாதன்.

கருவேலி கோவில் பற்றிய கட்டுரைகளை பெலலாம் ஆனந்தி ராமச்சந்திரன் தொகுத்துத் தர, அழகாக அச்சிட்டு, புத்தகமாக வெளி யிடப்பட்ட நிகழ்ச்சி, அன்னமயில் ஆழ்வார்ப் போட்டை, ஆஸ்திக சமாதத்தில் தடைபெற்றது.

நிகழ்ச்சியில் தலைமைதாங்கி, புத்தகத்தை வெளியிட்டு உரையாற்றினார் ஓய்வுபெற்ற நீதி பதி எம்மபகதவச்சலம். "இந்த நிகழ்ச்சியில் என் னைக் கவந்து கொள்ள எவத்து, நான் எனது சொந்த கிராமத்தில் உள்ள கோவிலுக்குச் செய்ய வேண்டிய திருப்பணி, திலுலவயில் இருப்பதாக இறைவன் எனக்கு திளைவூட்டி யிருக்கிறார்" என்று குறிப்பிட்டார் (திபதி, இந்தப் புத்தக வெளியீட்டு விழாவில் கலந்து கொண்டு பேசிய ராமச்சாமி, கருவேலி திருப் பணி முழுவதற்கும் பக்கபலமாக இருத்தவர். யாகங்கள் முறைப்படி நடத்தி எவக்க



## ஊர் விட்டு வந்தாலும்...

மூர்த்தியும் பல வகுடங்களுக்கும் பன், சாத்த துக்களான விற்பதற்காகச் சென்ற போது, கோவிலின் கிதிலமடைந்த நிலையில் இருந்த கோவிலைக் கண்டு, அதிர்ச்சியடைந்தனர். கோவிலின் பரிதாபகரமான நிலைதான், அவர்களை சொத்துக்களை விற்றுக் கிடைத்த பணத்தை கோவிலுக்குத் திருப்பணி செய்யவே செலவிட வளம் என்று என்வத துண்டியது மடமட வென்று செயலில் இறங்கினார்கள் அவர்கள் போட்ட பணம் போதவில்லை. பலரிடமும் விஷயத்தைச் சொல்லி, நன் கொடை திரட்டி வரர்கள். வெற்றிகரமாக திருப்பணி முடிந்து, கோவிலின் கும்பாபிஷேகமும் நடந்தேறியது.

பெருளமலிரு கருவேலி தலம் பற்றி, பல வேறு பத்திரிகைகளிலும் கட்டுரைகள் அவ்வப் போது வெளியாகியுள்ளன கருவேலி கோவிலின் சிறப்பை எடுத்துக்கூறும் அக் கட்டுரை களை எல்லாம் தொகுத்து, ஒரு தனிப் புத்தக மாய்ப் போட்டால், பலரும் படித்துப் பயன் பெறுவார்களே என்று சில அன்பர்கள் கூற,

உலாத்தவர.

நிகழ்ச்சியின் இன்னொரு முக்கிய அம்சம் ஸ்ரீ கந்தர் குமாரின் இறைசொற்பொழிவு. கருவேலி நாதரான பரமேஸ்வரன் பற்றி மடைதிறந்த வெள்ளமாய் சொற்பொழியாற்றி னார் ஆளமீக அன்பர்கள் பக்தி வெள்ளத் தில் மூழ்கித் திளைத்தனர்.

புத்தக வெளியீட்டு நிகழ்ச்சி என்றால், வெளியிடப்பட்ட புத்தகம், சலுளக் விஸையில் விற்பனை செய்யப்படுவதுதானே வழக்கம்! ஆனால் 'நலம் தரும் கருவேலி' புத்தகத்தை விற்பனைக்கு எவக்காமல், வந்திருந்த அனை வருக்கும் ஒரு துணிப் னையில் போட்டு இலவசமாகவே வழங்கினார்கள். கூடவே ஒரு ஸ்டுட் + கருவேலி கோவில் பிரசாதம். பக்கத் தில், கருவேலி கோவிலுக்கு நன்கொடை தர விரும்புகிறவர்களின் சென்கரியத்துக்காக ஒரு உண்டியல்!

— எஸ். சத்தியபெளலி  
படம் : யோகா





# காதிக்ராம் தேன்

உடல் ஆரோக்கியத்திற்கு சக்தி வாய்ந்த உணவு.  
தேலில் தாலுப்பொருட்கள், வைட்டமின்கள்  
ஆகிய உயர்ச்சத்துகள் மிகுந்துள்ளன.  
தேலில் பல்வேறு மருத்துவ நலன்கள்  
அடங்கியுள்ளன.



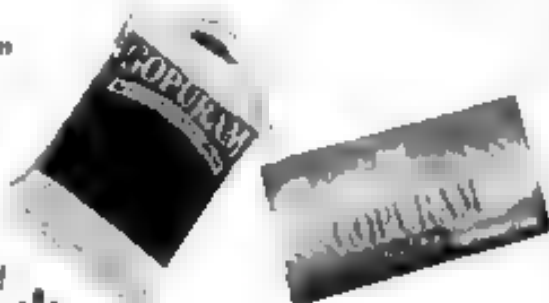
எனவே "காதிக்ராம்" தேன் தினமும் பருகுவர்கள்.



"கோபுரம்  
டிடர்ஜன்ட் பவுடர்"

மற்றும்  
சலவை சோப்பு

கைக்கு இதமானது!  
துணிகளுக்கு பாதுகாப்பானது!



சுத்தமான வேப்ப எண்ணெயிலைக் கொண்டு தயாரிக்கப்பட்டது

"குறிஞ்சி"

சத்தை மற்றும் வேம்பு நறுமண சோப்பு

"கோபுரம்"

சத்தை சோப்பு



இந்த சோப்பு வகைகள் யாவும் சுத்தமான  
வேம்பு/சத்தை எண்ணெய் மற்றும் சிறந்த  
வாசனைத் திரவியங்கள் கொண்டு  
தயாரிக்கப்பட்டு மிகக் குறைந்த  
விலையில் தமிழகமெங்கும் உள்ள  
அனைத்து "காதிக்ராம்" அங்காடிகளில்  
விற்பனை செய்யப்படுகிறது.



தமிழ்நாடு கதர் கிராமத் தொழில் வாரியம்

குறளகம், சென்னை - 600 108.

தொலைபேசி: 5341565, 5340781

Internet at: [www.knadikratham.com](http://www.knadikratham.com)



# ஆன்மீக உலகில் ஓர் அற்புதம்!

ஆன்ம சக்தியை அறிந்து, அதிலின் திறவை குறைத்து, மனவலிமையை தகர்த்து, நிம்மதியைக் குறைத்து, வலியை பாதுகாப்பி, ஆரோக்கியத்தைக் குறைத்து, குடும்பத்தில் குழப்பம், தொழிலில் தக்டம், உத்தியோகத்தில் பிரச்சனை, கல்வியில் தோல்வி, காதலில் வீழ்ச்சி போன்ற காரியங்களை பிம்பி, சூரியன், ஏவம் இவற்றால் தீயம் உண்டாகும்.

விண் மட்டும் விழுந்தானம் வளர்த்த போதும், இவைகளுக்குத் தீர்வு அருள் மரையில் மாத்திரமுண்டு. இந்தக் குறைவை நீக்கி எல்லாத் துறைகளும் வெற்றி பெறச் செய்கிறார் மாபெரும் தவச்சீகர் மஹாயகம் டாக்டர். உடனே அனுக வேண்டிய நுகவரி :



## அருள் மஹையகம்

1 B, மகாபகவதி அபிஷேகமண்ட, தெ. 3, அப்பூல் ஸாக் தெரு, பார்த்தசாரதி திரைப்படத் திரைப்படத்தோடு எது திரைப்படத் என்று பெயர் மாற்றப்பட்டுள்ளது), கைதப்பெட்ட, சென்னை - 600 016,  
தொலைபேசி : 435 1190, 433 2047  
செல்பேசி : 854 10 22192

குறிப்பு : வெளியூர், வெளிநாடுகளின் வசிப்பவர்கள் தங்கள் பிரச்சனை தீர்க்க தங்கள் பெயர், தங்கள் தாயர் பெயரும் தங்கள் பிரச்சனைகளை எழுதி, ரூ. 10 ரூ. அந்தளவு அஞ்சல் துறைகள் அனுப்பி வைத்து ஆலோசனை பெறலாம்.



"To evoke the divine in you there is no other method than Nama-maharaja". - Bhagawan Sri Satya Sai.

With the grace and Blessings of Bhagawan Sri Satya Sai  
We are bringing out a Diary for 2002  
named "Sri Satya Sai Nama-maharaja Diary 2002"



(The sample diary was blessed with vibhoothi by Sri Satya Sai in a devotee's place.)

The diary is designed in such a way that the user can read daily before using the diary, chapters of Shirdi Bibs and Sri Satya Sai Sahas given in an abridged form in English, Tamil, read the Sri Satya Sai Sahas given in the Diary, write the name of white diary 108 times in the space provided, write the name of white diary 18 times before going to bed. Have two beautiful pictures of Shirdi and Puttaparthi Bhagavans.

50% of Net Proceeds of our diary sales will be donated to Sri Satya Sai Trust or its nominees.

Price : Rs. 75/- per copy - Pages : 400 (app.)

By Courier : Rs. 95/- per copy

Add 10% for CST for orders outside Tamilnadu State ■ For orders from outside Chennai City only D/D payable ■ Chennai or Money Orders accepted. ■ Cheques accepted only for orders within Chennai city. ■ Delivery charges within Chennai / Hyderabad / Bangalore / Ernakulam cities. ■ Special concessions given for Sri Sai Samithis if they place bulk orders for their members.

THIS DIARY CAN BE GIVEN AS A "NEW YEAR GIFT" TO YOUR FRIENDS & RELATIVES

We request you to place your order before 25.11.2001

P P PUBLICATIONS

6, (Old # 9), Balasubrahmanya Street, II Floor, T. Nagar, Chennai 600 017

☎ : (044) 825-1153 - Fax : (044) 465-1748 - Email : pp\_publications@yahoo.com

**சுபரிமலை வரலாறும்  
கலையாளர்  
அனுபவங்களும்**

கட்டுரை ஆசிரியர்  
தனது 28 வருட சுபரி  
மலை பயண அனுபவங்  
களை கலையுட எழுதி  
யுள்ளார். மேலும் ஸ்ரீ  
ஜயப்ப கவாமினயப் பத்  
திய வரலாறும் இடம்  
பெற்றிருக்கின்றது. ஆசிரி  
யர் இ. சிவதாறு.

பக். 176 விலை ரூ. 35.00

(மணிமேகலைப் பிர

சுரம், த.பெ. என் - 147, 7, தனிகாசலம்  
சாலை, திருச்சி, சென்னை - 600 012)

# பக் ஷெல்:ப்

பக். 96 விலை ரூ. 25.00  
(தர்மதா பதிப்பகம், 157  
7, ராஜாபாதர் தெரு,  
பாண்டி. பதூர், தி. தகர்,  
சென்னை - 600 017)

**பொடி வகைகள்,  
புதுவிதமான  
சட்டி வகைகள்**

ஏராளமான பொடி,  
சட்டி வகைகள் தயாரிப்பு  
முறைகள். தமிழ், ஆங்  
கிலம் என்று இரு மொழி  
களிலும் தரப்பட்டுள்ளன.

ஆசிரியர் சாந்தா ராமானுஜம்.

பக். 31 விலை ரூ. 15.00

## இதரவழிபாடுகள் 21

குத்துவிளக்குப் பூஜை, நவராத்திரி, தூக்க  
பூஜை என்று 21 வழிபாட்டுகளுள் கயிலோகங்  
கள், பாடல்கள் தமிழில் கொடுக்கப்பட்டுள்  
ளன. தொகுப்பு - கவிஞர் N கபேசன்,  
சகயுடக்கப் பதிப்பு

பக். 48, விலை ரூ. 5.00

(சிவ இஸ்லம், 2, தமசிவாய நகர்,  
எதுமலைய, மெய்யிப் பேராடு, மண்ணச்ச  
நல்லூர் - 601 020)

## நவீன நியூமராலஜி

என் கணிதப்படி ஒருவருடைய குணங்  
கள், முக்காலப் பலன்கள் எப்படி. அளமந்  
திருக்கும் என்பது தெள்ளத் தெளிவாக  
விளக்கப்பட்டுள்ளது. ஆசிரியர் நுதிதேவன்.

பக். 176, விலை ரூ. 45.00

(கண்ணப்பம் பதிப்பகம், த.பெ. என் -  
84.59, 10, கண்ணதாசன் சாலை, திருச்சி,  
சென்னை - 600 017)

## ஆன்மீகச் சித்தனைகள்

"தேவதைகளான மகிழ்வுக்கும் மந்திரத்  
தின் பெயர் கவாஹா"

இப்படி ஒரு வரிச் செய்திகள் மூலம் 180  
ஆன்மீக விஷயங்கள் விளக்கப்பட்டுள்ளன  
இந்நூலில். ஆசிரியர் புதுமை நத்திலன்.

பக் - 110, விலை ரூ. 30.00

(கவாமி மலை பதிப்பகம், 3, முத்து  
கிருஷ்ணம் தெரு, சென்னை  
- 600 017)

## நூக்க பூக்கள்

விட்டித்தும் துரே சத்தம்

விட்டித் பெயர்

'சாந்தி நிவரணம்'

இப்படி புத்தகம் முழுவதும் கிண்டலும்,  
தளைகளையும் கலந்த கவிதை வரிகளின்  
மூலம் வாழ்வின் நிதர்சனங்களை எடுத்துக்  
காட்டுகிறார் கவிஞர் க. இராமசுந்திரன்.

பக். 80, விலை ரூ. 30.00

(சுடகம், ஜே.5, எம்.ஜி.சி.  
பிளாட்ஸ், பட்டினப்பாக்கம்,  
சென்னை - 600 028)

## ஸ்ரீ அணிந்த அன்னையின் மந்திர மலர்கள்

மலர் அர்ச்சனை பற்றிய  
விரிவான தகவல்கள் அடங்  
கிய புத்தகம். அன்னையே போற்  
திக் கூறிய மலர்களின் பண்பு  
கள் அவற்றின் பலன்கள்  
என்று நிறைய இடம்பிற்று  
உள்ளன. அரிய முயற்சி.  
ஆசிரியர் சி.எஸ். தேவநாத்.



## 12 ராசிகளும் குணங்களும்

ஜோதிடத்தின் ஒவ்வொரு  
ராசிகளும் அந்த ராசியில்  
பிறந்தவர்களுக்கும் உரிய  
குணநிலைகள் விரிவாகத்  
தரப்பட்டுள்ளது.

ஆசிரியர் டாக்டர் கே. என்.  
சரஸ்வதி.

பக். 110, விலை ரூ. 32.00

(மதுரை, பப்ரிகேஷன்ஸ், 38, தலைவர் அலுவல் தெரு, தி. நகர், சென்னை - 600 017)

## அக்துபங்கர் விளக்கமும் சிவந்த முதலும்

அக்துபங்கர் சிவந்த பற்றிய முழு தகவல்கள் இடம்பெற்றிருக்கின்றன. அக்து பங்கர் புள்ளிகளை விளக்கும் படங்கள், நோய்களுக்கான காரணங்கள், சிவந்த முறை போன்ற விவரங்கள் இத்தரவில் தெளிவாகவும் எளிதில் புரியும் வகை விலும் விளக்கப்பட்டுள்ளன. ஆசிரியர் ஏ.கே. சேஷய்யா.

பக். 240, விலை ரூ. 45.00

(மதுரை, பதிப்பகம், 18, தெற்கு பெருமான் கோயில் முதல் தெரு, வடபழனி, சென்னை - 600 026)

## கனவுகள் காத்திருக்கின்றன...

சமூக சிந்தனை நிறைந்த தாவல். இன்றைய அரசியல் சூழ்நிலையில் சமூக நீதிக் காலப் போராடும் முறை இன்னவ தலை முறையினரின் வாழ்க்கைப் போராட்டம் அழகாக சித்தரிக்கப்பட்டுள்ளது. ஆசிரியர் சி.ஜி. கந்தசுமார்.

பக். 192, விலை ரூ. 35.00

(கனவுகள் புத்தக நிலையம், 12, தீனதயாலு தெரு, தி. நகர், சென்னை - 600 017)

## சித்தர்கள் சொன்ன பெண்கள் வைத்தியம்

பெண்கள் சம்பந்தப்பட்ட அனைத்து வகை நோய்களுக்கும் தீர்வு கொடுக்கப்பட்டுள்ளது. எளிதில் விட்டு வைத்தியம் செய்து நோய் குணமாக வழிவகுக்கிறது இத்தரவு. ஆசிரியர் எட்டையார் சிவமதி.

பக். 128, விலை ரூ. 27.00

(இலக்கியக் குடும்பம், 52, ராஜாபாளையம் தெரு, பாண்டிபாளையம், தி. நகர், சென்னை - 600 017)

## கல்சப்து

சிறுசைந்த தொகுப்பு. ஒவ்வொரு சைந்த விலும் வாழ்வின் வதாரத்தையுப் படம் பிடித்துக் காட்டுகிறார் ஆசிரியர் என். வடகயி கப்பிரமணியம்.

பக். 168, விலை ரூ. 35.00

(திருவாரூர் புத்தக நிலையம், 13, தீனதயாலு தெரு, தியாகராய நகர், சென்னை - 600 017)

600 017

## SRI RAGHAVENDRATHE SAINT OF MANTRALAYA

பகவான் ஸ்ரீ ராகவேந்திர சுவாமிகளின் வரலாறும், அவர்தம் வாழ்வில் நடந்த அபுத்தகனும் ஆங்கில மொழியில் எழுதப்பட்டுள்ளது. தமிழில் அம்மன் சத்திய நாதன் எழுதிய புத்தகத்தின் ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு - கே. கங்கண்ணன். அனை வரும் படித்துப் பயன்பெறும் வகையில் உள்ளது.

பக். 188, விலை ரூ. 150.00

(அருள்மிகு அம்மன் பதிப்பகம், 8, கண்ண அம்மன் கோவில் தெரு, ராயப் பெட்டை, சென்னை - 600 014)

## காந்திய புலகாயம்...

வார்த்து வரும் பெண் எழுத்தாளர் களில் சிறுகதைத் தொகுப்பு. பெண்களின் வதாரத்த வாழ்க்கையைச் சித்தரிப்பதாகவும், பெண்ணியைச் சித்தனைகள் நிரம்பிய படைப்புகளாகவும் அனைத்துச் சிறுகதை களும் மனதைத் தொடுகின்றன. தொகுப்பு - சூலி

பக். 144, விலை ரூ. 30.00

(திசு, 123, காளீசுவரர் நகர், கோய முதலார் - 611 009)

## இ - காமஸ்

இன்டர்நெட் மூலம் தடைபெறும் வாதத்தையுப் பற்றிய விரிவான தகவல்கள் அடங்கிய புத்தகம். எல்லாருக்கும் எளிதில் புரியும்படி விளக்கப்பட்டுள்ளது. ஆசிரியர் காமிகோ கே. புலவேஸ்வரி.

பக். 200, விலை ரூ. 45.00

(அதாரைம், 10, கண்ணதாசன் சாலை, தி. நகர், சென்னை - 600 017)

## தல்லரும் புரியும் தவக்கிரகங்கள்

ஒவ்வொரு விரகமும் தோன்றிய வரலா றும், புராணக் கதைகளும் படிக்க கவரக்கூடியதாக உள்ளது. பல அரிய தகவல் களைத் தெரிந்து கொள்ள முடியுமது. ஆசிரியர் உருத்திரன்.

பக். 120, விலை ரூ. 30.00

(திருமகள் திவையம், 55, வெங்கடநாராயண சாலை, தி. நகர், சென்னை - 600 017)





*Life is too Wonderful  
to be spent worrying*



| PERIOD               | NON-CUMULATIVE DEPOSIT SCHEME - A |           |             |          | CUMULATIVE DEPOSIT SCHEME - B |                        |
|----------------------|-----------------------------------|-----------|-------------|----------|-------------------------------|------------------------|
|                      | Monthly                           | Quarterly | Half-yearly | Annually | Interest Rate                 | Effective Annual Yield |
| 12 Months            | 10.50 %                           | 10.50 %   | 11.50 %     | 11.50 %  | 11.50 %                       | 11.50 %                |
| 18 Months            | N/A                               | N/A       | N/A         | N/A      | 11.75 %                       | 12.21 %                |
| 24 Months            | 11.00 %                           | 11.00 %   | 11.50 %     | 12.00 %  | 12.00 %                       | 12.73 %                |
| 36 Months            | 11.50 %                           | 11.50 %   | 12.00 %     | 12.50 %  | 12.50 %                       | 14.13 %                |
| 60 Months            | 12.50 %                           | 12.50 %   | 13.00 %     | 13.50 %  | 13.50 %                       | 17.67 %                |
| Minimum Amount (Rs.) | 15000                             | 10000     | 10000       | 10000    | 5000                          |                        |

| PERIOD    | MONEY MULTIPLIER SCHEME - C |                     |
|-----------|-----------------------------|---------------------|
|           | Minimum Deposit (Rs.)       | Maximum value (Rs.) |
| 48 Months | 10000                       | 15000               |



### NICCO UCO ALLIANCE CREDIT LTD.

Regd Office: NICCO House, 2 Mary Street, Madurai - 600 001 Tel: 248 5100 TE (ext)

Speakers Divisional Office: Sales Centre, 3rd Floor, 82, Dr. Radhakrishnan Salai,

Chennai - 600 004 Phone: (044) 8112446 / 8112548 / 8114531. Fax: (044) 8119968.

Branches: • Bangalore - 532544-45 • Coimbatore - 224561 • Cuttack - 234526 • Darbhanga - 345275 • Hyderabad - 3220805  
• Madurai - 532551 • Manipal - 234513 • Marathwada - 232544 • Mumbai - 234513 • Pune - 234513 • New Delhi - 4524910  
• Salem - 234514 • Thiruvananthapuram - 234513 • Tiruchirappalli - 234513 • Visakhapatnam - 234513

The credit rating advertisement published in the Indian Express and Financial Times on 1.10.2001



தீபாவளி தல்வாழ்த்துக்கள்

## A TRENDSETTER IN SWEETS

இனிமை • புதுமை • தனித்தன்மை

# K.V. Iyer Sweets & Savouries

220, Mint Street, Park Town, Chennai - 600 003. Ph: 535 53 69.

### Specialist in

- Badam Sweets
- Kaju Sweets
- Ghee Sweets
- Milk Sweets
- Savouries
- Home Made Items

At Affordable Price!  
29 years of experience  
turns into a Quality



**We  
Accept Bulk  
Orders**

www.kvlyersweets.com

E.mail: kvlyersweets@eth.net

# யோய் சோர் இடம் நல்லா இருக்கணும்



“எ

ல்லா நீரும் உற  
பதறி ஆறெ இடம்  
என்னமோ மனவதான்.  
பளிங்கா “சலசல”ன்னு  
நடுயில் ஓடறச்சே,  
புனிதம்னு சொல்லிக் கொண்  
டாடறோம். ஆனா, அதே  
தண்ணீர் அகத்தப்பட்டுப்  
போறச்சே சாக்கடை, ஸ்லா  
சொல்லி ஒதுக்கிடறோம்.

மொததத்துல எல்லாமே யோய்க் சோர்ற  
இடத்துலதான் இருக்கு” - ம.கியில் ஒரு  
பெரியவர் உபன்யாசத்துக்கு நடுவே  
சொல்லிக் கொண்டுருந்தார்.

“இருக்கற தண்ணீர்ப் பிரச்சனை”  
யில தண்ணீர் கிடைக்க வழி



"பாட்டி, நாத்தா பக்கத்து அறைல பாமாதாத்தியோட பேசின் டிரக்காவவமமா. என்ருது ஆட்டோ வந்துடுதது. நாள் வரேன்" என்றபடி விளையாட. சுபரமணி

பக்கத்து அறையில் -

"மாப்பிள்ளை நாளைக்கு இத் தேரம் வந்து விடுவாராமமா." - தனலதிபாலனிகு வரும் மாப்பிள்ளை பறிக் கொடுக்க கொண்டிருந்தார் யாமனார்

"ம. பண்டை படுகொன்றுக்கு வரும். பன்னெருக்கு இங்க இருப்பார்" பாமா சொன்னார். தொடர்ந்து,

"மாப்பிள்ளைக்கு ஸலீட் என்னை. பிடிக்கும! காவப்பற டிபண்ட. இல்ல சாப்பாடு சாப் பிடுவாரா? கைவில மாவு இருக்கு" - மாமி லாரின் கவலைகளும்.

"பேண்ட, டூர்ட அவருக்குப் பிடிச்சா

சொன்னா நம்  
லாவிருக்கும்  
இப்ப இது  
ரொம்ப தேவை  
தான்" - சலித்துக்  
கொண்ட ரமா.  
மணி ஒன்பது  
ஆகிவிட்டதை

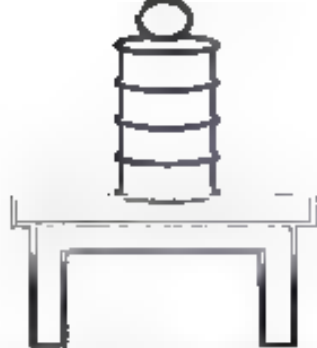
அறிந்து பறப்பானாம். ஹாலில்

பாருமில்லாததால் மகிழ்ச்சி அடைந்த வள், சுபரமணியைப் பார்த்து. "இன்னுமா உன் ஆட்டோ வரலை! பாட்டி நாத்தா எய்க்டா, அப்பா விளம்பிட்டாரா இல்லைலா, என்னை ட்ராப் பண்ணேனாரே?" என்று டென்னை ஆனார்.

**பத்மாவதி முத்துக்குமார்**

உபயோகபித்தி பரவலில் தூங்கிக் கொள்  
புருத்த மூன்று அடுக்கு கோரியில் கருவேப்பினைப்  
பெய்து, இட்லி மிளகாய்ப் போடி, பருப்புப் பெய்து  
போட்டு டைனிய் டேசியில் வைத்து விட்டேன்.  
பரிமாறிக் கொள்ள வசதியாக இருக்கிறது.  
இடத்தையும் அடைப்பதில்லை.

- பத்மஜா ராமசோபால்.



மாநிரி வாங்கலுமே. மோதிர டிசைன் தல்லா  
அளமானுக்குக்குல்ல. ஜாஸ்து, சுவீட், காரம்.  
பகுப்புத் தேங்காய் எல்லாம் இன்னுக்கு  
சாயங்காலமே வந்திருமனு சொன்னாள்  
குமார்?" - மாயனாரின் கேள்விகளும் கேட்டுக்  
கொண்டிருந்தது. "இவர்களுக்கு வயது அறு  
பதுக்கு மேல் ஆகப் போகிறது. இந்த வயதில்  
மாப்பிள்ளை மணம் கொள்க கூடாது என்று  
எல்லவாவு டெளஷன் பட வேண்டியிருக்கு"  
என்று நினைத்துக் கொண்டாள் ரமா.

மாப்பிள்ளை நினைவுக்கு போவப்போது  
பெரிய பதவி எதிர்ப்பாடு. ரோம்ப நாள் தங்க  
முடிவது எப்பதால் பாமாளை ஒரு வாரம்  
முன்பே அனுப்பி வைத்திருந்தார். கல்யாண  
மாமி ஏழு மாதங்கள் ஆகிவந்து. முதல் தடவை  
மாப்பிள்ளையின் விஜயம், தலை நிர்வாகிக  
குத்தான். அவரைப் பற்றி எதும் தெரியாததால்  
பெண்ணிடம் நின்றய கேள்விகள் கேட்டுக்  
கொண்டிருந்தனர் மாமனாரும், மாமியாரும்.  
பாமாவோ, அவர்களுக்கு டெளஷனாக இன்னும்  
அதிகப்படுத்திக் கொண்டிருந்தார். பாமா  
வந்ததிலிருந்து.

"அம்மா, அங்குக்கு சாப்பாடெல்லாம்  
எட்டிக்கு கரெக்டா இருக்கலும். உபட் கன்ட்  
ரோஸ்டாஜும் கேஸ்டா இருக்கலும்பார்."

"ஐயோ குமெல்லாம் கள்ளா இருக்கலும்.  
படுத்துண்டா கட்டைவிரல் இடிக்கறாப்பல  
சின்னதா இருக்கு நம்ப வீட்டு குமெல்லாம்.  
இவருக்குக் குடுத்துக்குத் கவாடர்ஸ் எல்லவாவு  
பெரிசு தெரியுமா?"

"பாத்தும் கொஞ்சமாது சரி பண்ணினாத  
தான், குறிக்கச் சரிப்பட்டு வரும். சீஸர், வெஸ்டர்ஸ்  
எட்டப் பழகிட்டு என்ன பண்ணப்  
போறாரனு தெரியலை."

"ஏய் சுப்ரமணி இப்படித் தட்டை நக்கி  
தக்கி சாப்பிடாதே. அங்கின் பார்த்தா, என்ன  
தெனக்கப்பார்? அழகா ஸ்பூனால நீட்டா  
சாப்பிட பழகிக்கோ" போன்ற விமர்சனம்  
கனர்ப் நடவையை எரிச்சல் படுத்திக் கொண்  
டிருந்தார்.

"ஆபீஸுக்கு போய்டு வரேனமா" -  
சொல்லி விட்டுப் புறப்பட்ட ரமாவின் காதில்,  
"மன்னிய வீவு போடச் சொல்லக் கூடா  
தாம்மா? என்னால எல்லாம் வேலை செய்ய

முடியாது" - பாமா முணுமுணுப்பது காதில்  
விழுந்தது. வெளியே நின்றுருந்த குமாரின்  
ஸ்கூட்டரில் ஏறிப் ரமா,

"அப்பா, தனக்கிப்பாவளி எப்படி முடியும்னு  
இருக்கு மாப்பிள்ளை ஏன் வந்தாருன்னு  
ஆலிரும் போவ இருக்கு. இவ பன்ற கூத்து.  
இதுவ நாள் வேற வீவு போடணுமாம்" என்று  
முணுமுணுத்தார்

"ரமா அவ சின்னப் பொண்ணு. மெச்  
சூரிட்டி கிடையாது. பாதி படிப்புலயே கல்யா  
ணமாயிருந்து கொஞ்சம் பெரிய டுட்மா  
போயிட்டதால் பெருளம் இங்கதான் அவட்  
டிக்க முடியும். அவட்டிக்கறா. விட்டுத் தள்ளு  
வியா," - குமார சொன்ன போது கூடச் சமாதா  
னம் ஆக முடியவில்லை ரமாவால்.

அதுவும், சாயங்காலம் குமார் - பூட்டி  
வீடுக்கு இருப்பியபோது -

"தேறய, பாமாகுட்டடி, உன் மாப்பிள்  
னைக்கு சூப்பர் டிரெஸ் செலக்ட் பண்ணி  
வாங்கி வந்திருக்கேள் அவருக்குப் பிடிக்குமா.  
உனக்குப் பிடிச்சிருக்கா என்று பார்த்துச்  
சொல்லு" என்றதும், பெட்டியைப் பீரித்த  
பாமா,

"நீ எதுக்குள்ளா இளவிக் கே வாங்கின.  
நானுக்கு அவர் வந்தப்புறம் வாங்கிக்களாமனு  
சொன்னேன்ல இந்த மெட்மரியல்ஸ் எல்லாம்  
அவர் போடுவாரோ, மாட்டாரோ, கவர்,  
டிசைன்னு ரொம்பப் பாரப்பார்" என்றபடி  
ஒருபுறமாக வைத்தவர்,

"எனக்குப் பட்டுப் புடைவை அவர் வந்தா  
வுட்டி வங்கிக்கலாம் கொஞ்சம் கரை பெரி  
தா இருக்கலும் எனக்கு நின்ற கரை போட்  
டதுன்னு கல்யாணத்துக்கு வாங்கினது தான்  
எங்க மாமியாரிட்ட இருக்கா சிம்பிளிர் புட்  
வைவே" என்று சொன்ன போது குமாரீக்கே  
என்னவோ போவாவி விட்டது. முகம் மருகடு  
வெடிது மாறி விட்டது.

"நானுக்கு அவர் வந்ததும் வாங்கியிருக்  
கலாமெப்பா" - அப்பா வேறு சொன்னதும்  
பதில் பேசாமல் போய் விட்டான் குமார்.  
அதன் பின்னர் பாமாவிடம் ஒரு வாரத்தை  
கூட பேசவில்லை. ரமர்வுக்குக் கூட, 'செண்டு  
நான் இருக்கப் போறான். எதுக்காக இவர் இப்  
படி இருக்கார்' என்று மிகவும் கஷ்டமாக





MARKING TOWARDS CENTHARY

1904 2004

100 YEARS OF INDEPENDENCE

**தீபாவளி  
நல்வாழ்த்துக்கள்**



**நம்பிக்கையில்  
பாரம்பரியச்  
சின்னம்**

தேவநல்லூர் தொழில்நுட்பவழி  
நகரத்தின் வளம்

உங்கள் வருவாய்க்கு நலத்தின்  
அடிப்படைகளை ஏதாவது உட்காட்டுவதில்

உங்கள் தேவையின்போது  
பல்வேறு சேவைகள் திட்டங்கள்

இந்த நகரத்தை நிர்வகிக்கும் குழுவுக்கு  
TNSக்குப் போதுமான உதவிகள்.



**சிட்டி யூனியன் பாங்க் லிட்.**

பதிவு அலுவலகம் : கும்பகோணம் - 612 001

தொழில்நுட்ப மேலாண்மை அலுவலகம் : சென்னை - 600 001

Tel : 0435-432322 Fax : 0435-431746

E-mail : cubco@tr.dol.net.in Website : <http://business.vsnl.com/city union>

**உங்கள் வளர்ச்சிக்கு வழிகாட்டும் வங்கி!**

# அதிசயங்கள் நிகழ்த்தும் அற்புத மருத்துவர்

மருந்தில்லை என்ற சோரியாஸிஸ் மாயமாய் மறைந்து போச்சு!



நான் கடந்த சில வருடங்களாக உடம்பில் அரிப்பு ஏற்பட்டு சோரியாஸிஸ் என்ற நோயாளும், கடுமையான மூட்டு வலியாலும் பாதிக்கப்பட்டேன். பல சிகிச்சைகளும் என்னை பயன் தராமல் ரப்பான் வைத்தியர்களால் கண்டுபிடித்தேன் தொடர்ச்சியாக சில மாதங்கள் அங்கு பெற்ற சிகிச்சைகள் பயனாக என் பிரச்சனைகள் அகலாத்தும் தீர்ந்து தெரிவிக்கிறேன் நிகுமதி பதமா க்யூபிதர்தான். சென்னை அபார்ட்மெண்ட்ஸ், மொண்டாமி மடம் தெரு, வெங்கடபுரம், சென்னை - 53

கர்ப்பப்பை ஆபரேஷன் என்ற பேச்சுக்கே இடமில்லை என்றாச்சு!

வயிற்று வலிக்காக மெனமையில் உள்ள ஒரு பெரிய ஆஸ்பத்திரியில் 3 ஆண்டு வைத்தியம் பாத்தபின் கர்ப்பப்பைகளை எடுத்துவிட்டு சொக்காக்கள் ரப்பான் வைத்தியர்களால் 3 மாதம் மருந்து சாப்பிட்டபின் சரியாய் போச்சு கர்ப்பப்பைகளை எடுக்க தேவையில்லை என்ற அந்த ஆஸ்பத்திரியில் சொக்கிவிட்டார்கள் சந்திரன் போலர். அண்ணாச்சாஸையார் சேர்ந்த சோசிறதாஜிக்கு மகனாகி செ, சென்னை



மலட்டுத் தன்மை என்பதே இல்லாமல் போச்சு!



குழந்தை இலைய என்ற நாயகன் ஏறாது ஆஸ்பத்திரி யாசகன் இலைய சிறகு பவரின் ஆலோசனைகளைக் கேட்டு ரப்பான் வைத்தியர்களாகிற்று கந்து தொடர்ந்து மருந்து சாப்பிட்டபின் குழந்தை பெற்ற தாயை மன மகிழ்ச்சியை அடைவதற்கும் தெரிவிக்கிறேன். சென்னை நோய்மேய்ப்பட்டையர் சேர்த் தெய்வசகா-மாரியம்மன் தம்பதி

பக்கவாத நோய் பளிச்சென்று தீர்ந்தது!

பல ஆண்டுகளாக பக்கவாத நோயால் பாதிக்கப்பட்டு செயலற்ற இருந்த நான் ரப்பான் வைத்தியர்களிடமிருந்து ஹக்கீம் S.A. சாயத் சத்தார் அவர்களிடம் சிகிச்சை பெற்றபின் இரண்டே மாதங்களில் பூரண குணமாகித்தேன் என்று கால்களையும் ஏலம்பரமாரை தெருவில் வசிக்கும் திரு செ கடீசலாசன் தெரிவிக்கிறார்



அறுவை சிகிச்சை இல்லாமலேயே இதய நோய் குணமான அதிசயம்!



ஹத்திரியாபேஸ், அத்தோளி சின்ன தெரு, கிழக்கு தாம்பரம், சென்னை - 59.

எனக்கு இதயத்தில் அடைப்பு வலியும் அடிக்கடி வந்ததால் நான் சில ஆண்டுகளாக மயக்கம் மற்றும் உடம்புமயங்கிததால் அவதியுற்றேன். இதனால் சென்னையில் உள்ள ஒரு பிரபல மருத்துவ மனைக்கு சேன்று சிகிச்சை பெற்றேன் ஆனால் அங்கு என்ன சேதமான செய்து என் இதயத்தில் ஒரு மேஜர் ஆபரேஷன் செய்ய வேண்டும் என்று கூறிவிட்டார்கள். இதனால் என் மனம் மிகவும் வேதனைப்பட்டு சில நாட்களாக மூலம் ரப்பான் வைத்தியசாலை சென்றேன் இங்கு எனக்கு தங்க சிகிச்சை கிடைத்ததன் மூலம் என் நோய் படிப்படியாக இப்போது குறைந்துவிட்டது. நான் பிப்போது மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறேன்

மேலும் என்க கால் வாதம், மூளை வளர்ச்சி குறைவு, லிவர் பெய்லியன், மூலம், நரம்புத் தளர்ச்சி, ஆண்மைக் குறைவு, யானைக்கால் வியாதி, காக்காய் வலிப்பு போன்ற சகல வியாதிகளுக்கும் சிறந்த சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது.)

டாக்டர் ஹக்கீம் S.A. சாயத் சத்தார்  
ரப்பான் வைத்திய சாலை

73/1, டாக்டர் பெசண்ட் ரோடு,  
பீரகாசிப்பேட்டை மார்க்கெட் அருகில்,  
இராயப்பேட்டை, சென்னை - 600 014.  
போன்: 8510969, 8470874



மாதந்தோறும்  
Dr. சாயத் சத்தார்  
புனல் மருத்துவ மாத  
இதழ் கடைகளில் கேட்டு  
வாங்குங்கள்

இருந்தது. மறுதான் மாப்பிள்ளை நினைவு வந்த பிறகும் கூட, குமார் பாமரனிடம் பாரா முகமாகத்தான் இருந்தான். ஆனால் நினைவு சூழ்நிலையையே மாற்றி விட்டால் எவ்வுதான் சொல்ல வேண்டும்.

மாப்பிள்ளை வந்தவுடன், ஆரத்தி எடுத்து, தீபமணைப் போட்டு, "குளிக்கிறீர்களா, ரெண்ட் எடுத்த பின் குளிக்கக்கூடாமே. டிபனா, சாப்பாடா, எது வேணாலும் ரெடி." - பரபரத்த மாமியார், மாமணாரிடம்.

"அதெல்லாம் எதுவும் வேணாம். மோர்ஸ் கொஞ்சம் இருசி நட்சு கொடுத்தா போதும்" என்றான்.

மோர் வந்ததும் குடித்து விட்டு ரமரனிடம், "தீங்க தந்த மோரை சாப்பிட்டதும்நான் உயிரே வந்தது. வெளியில் சாப்பிட்டு செட்டுப் போன வயிறு இப்பத்தான் சரியானது" என்ற போது ஏதோ மனத்தினர விவரவழி போய் இருந்தது. "குயில் ரெண்ட் எடுக்கவேன்" என்ற குமாரிடம்.

"என்ன குமார். நானே ரெண்டு தான்தான் எல்லாருடனும் சேர்ந்து இருக்கப் போறேன். என்னை ஒரங்கட்டப் பாரக்காதீங்க. தீங்கதும் இப்படி உட்காருங்க" என்று இருந்து வைத்துப் பெரினான். சமையலறைமீதுக்கே மாமியார், ரமா எல்லாறையும் கூப்பிட்டுக் கூப்பிட்டு பேசி, சுப்ரமணியை மடியில் உட்கார்த்தி வைத்து.

"பூ வலி. வாய்க்கி வந்திருக்கேன். டெஸ்ட் பண்ணிப் பாரு. உனக்கு என்னென்ன பட்டாக வேணும் டிரெஸ் வேணும்" என்றபோது ஏதோ பூ ப்ரெண்ட் சினடத்த சந்தோஷம் சுப்ர மணிக்ரு.

குமார், நினைவுகூகாக வாய்க்கி வைத்திருந்த டிரெஸ்ஸைக் காட்டி, "பிடிச்சிருக்கா பாருங்க. வேணும்னா மாத்திக்கலாம்" என்ற போது.

"தங்க டிரெஸ் சென்ஸ் உங்களுக்கு. தங்க கலர் காம்பினைஷன். ஆமாம் எதுக்கு இவ் வளவு காஸ்ட்லியா வாங்கினீங்க?" என்றபோது பாமா முகத்தில் சுயாடலில்லை.

"சாயங்காலம் பாமரனைப் பட்டுப் புடவை எடுக்கவே விடவில்லை நினைவு. "செயலானதில் பட்டுப் புடவையா வாங்கி போரடிக்கவே

உனக்கு. யோசம் உங்க மன்னி கட்டிண்டிருக்க காப்பல காட்டன் சாரிலா வாங்கிக்கோ. பூஸ் ஆகும்" என்றான். மாமியார்,

"ஆழ்ந்த ஆகாப்பட்டா எடுத்துக்கட்டுமே மாப்பிள்ளை" என்றபோது.

"அவ இப்ப சூழ்ந்த இல்ல மாமி. அவ குக்குத் தெரியாதாத தானதான் சொல்வித் தரணும்" பனிச்சென்று பனிவாக, முடிவாகச் சொன்னான்.

இரவு, ரசம் சாதத்தை உறிஞ்சி தங்கித் தின் னால் தப்பின என்று பவந்தபடி, சுப்ரமணி ஸ்பூனாக் தடவிக் கொண்டிருக்க, நினைவேனா, "என்ன சுப்ரமணி, ரசத்தை உறிஞ்சிக் குடி" என்றான்.

"இல்ல அத்திம்போ, தடவ வுழிக்க சாப் பிட்டா உங்களுக்குப் பிடிக்காதன்னா அததை" தயவகித் தயங்கி சுப்ரமணி சொல்ல, "தேறாட்டங்க ஆபீஸ் பாாட்டில் ஸ்பூனாக் தாகுக்கா சாப்பிடவும் தெரிஞ்சிருக்கணும். விட் இப்படி ரசிக்க, குடித்துத் திவகவும் தெரி யணும்" நினைவு சொன்னதும், நடனட தூக்கி உறிஞ்சிக் குடித்தான் சுப்ரமணி. பாமரனிட மிருந்து பேச்சு சப்தமே கேட்கவில்லை.

விடியற்காலையில், எண்ணெய் வைத்து, மாமணா, "பாதரும் கொஞ்சம் சின்னது. பார்த் துக் குளிக்கணும்" என்றபோது, "நான் பேச் செரா இருந்த போது இதை விட சின்ன இடத்துல எல்லாம் இருந்திருக்கேன்" என்றான், "குமார். தாம இந்த ஒபை டெப்லியே குளிச் சுப்போம். வேடிசு வேணா பாதரும் பூஸ் பண்ணிக்கட்டும்" என்றபடி குமார் தனையில் எண்ணெய் வைத்து, மணாஜ் செய்ய, பதினாக்க றுக் குமாரும் செய்ய, விட்டிலே அந்தியோன் னியமாக சூழல் ஏறப்பட்டது.

மாப்பிள்ளைக்கு விருத்து தயாரிக்க வேண் டும் என்று சமையலறையில் புதுது கொண்ட மாமியாறையும், ரமாவையும் கூட விடவில்லை நினைவு. "வயிறு வலிட்ட காரம, பற்றினாறு சாப்பிட்டு ஒருவழியா இருக்கு. மத்தியானம் வந்தக் குழம்பும், கட்ட அப்பாரும்தான்" தீர்மானமாகச் சொல்லி சேர்ந்து டிவி. பார்த்த உட்கா வைத்தான்.

சாயங்காலம், "பீச்சுக்குப் போகலாம்"

தமிழுக்குப் பதிலாக புளிக்காரசலை விட்டுப் அலியல் செய்வதாக. ஆனால் தேய்கையுடன் பக்கை விளகாய்க்கு பதில் வரவிளகாலை போட்டு அரைக்க வேண்டும். இந்த 'புளி அலியல்' விதர வில் நீர்த்துப் போகாது. துளிர் சாப்பிடாத எங்கள் அண்ணாதுக்காக அம்மா தயாரிக்கும் ஸ்பிரெய்ஸ் அலியல் இது.

- பத்மஜா சாககோபால்.



என்றபோது சுப்ரமணியருக்கு குஷி. பட்டாசு கொஞ்சம் பாக்செட்டியுள் போட்டுக் கொண்டு கிளம்பி விட்டான்.

"ஸாலம்பறியே ஒண்ணுமே மாப்பின்னைக்கு பண்ணை, எந்தட்டானும் நல்லா பண்ணிப் போடு ஐயா" சொன்ன மாமனாறியும், "மாமா நீங்க, மாமி, நாம எல்லாரும் மகாலக்ஷ்மி கோவிலுக்குப் போய்டு பீசுக்குப் போதோம். உங்களுக்கு எந்த என்ன மெனு வேணுமோ, எங்கிட்டச் சொல்லுங்க இம் எ குட் குட் ஆஸ்ஸோ" என்றபடி டாகஸியை கூப்பிட, புதுப்புடவை சகிதமாக எல்லாரும் புதுப்பட்ட போது சந்தோஷமாகவே இருந்தது.

நரிசனம் முடித்து கோவிலிலேயே மாமி யாகும் மாமனாரும் உட்கார்த்து விட்டனர். மற்றவர்கள் கடற்கரைக்குச் செல்ல, தினேஷ், "என்னோட சுகதர்மிணி கொஞ்சம் மூட-அவுட். தனிபா கவனிச்சுட்டு வரேன்" என்றபடி பரமாவின் கையைப் பிடித்துக் கொண்டு தனியே அழைத்துச் செல்ல, சிறித்தபடி கடல் மணலில் உட்காரத்தான் ரமாவும், குமாரும சுப்ரமணிய மனைவியிடு கட்டிக் கொண்டிருந்தான்.

ரமா, "மாப்பின்னை, ஐயா டைப்பா இருக்கார் இல்ல. எவ்வளவு தல்லா பழகறார். என்னமோ, இந்த பிராவனிதான் ரொம்ப கலகலப்பா இருத்தா மாதிரி இருக்கு" என்றான். குமார், "நரி சல ரியலி எ ஜெம் பாமா ரொம்ப அநிர்ஷ்டக்காரி" என்றான்.

"பாமாட்ட சுகஜமா நீங்க இன்னும் பேசலை. ரொம்ப ஓப்பு" என்றான் ரமா.

"அதெல்லாம் ஒண்ணுமில்ல. மரப் பிள்ளட்டியே பேசிக்கிட்டிருத்தேன். அவ் வளவுதான்" - குமார் சொன்னான்.

சிறிது நேரத்தில் அங்கு வந்த தினேஷ் - "என்ன, ரெண்டு பேருக்கும் மலரும் திண்ண வுள்ளா, பக்கத்துவ சுப்ரமணிய மறந்துட்டங்க போலிருக்கு" என்று சிண்டலடிக்க.

"அதெல்லாம் ஒண்ணுமில்ல. உங்கைப் பத்தித்தான் பேசினாடிருத்தோம் பூ ஆர் ரிசலி எதஸ் டைப் என தலைநிப்பாவனின் போது

தான் இப்படி எல்லோரோடும் என்ஜாய் பண்ணலியென்னு இருக்கு" - குமார் பதில் சொன்னான்.

"குமார், ஐத்து சிஸ்டர்ஸ்கு அப்புறம் வீட்வ கடைசி ஸ்பைஸ் நான். தான் ரெண்டாவது படிக்கறச்சே சிபர்ஸ்ட் அக்காக்கு கல்யாணம் அப்புறம் வரிசையா, கல்யாணம், தலைநிப்பாவனி, தலை பிரசவம் வீட்வ ஏதோ வத்துண்டேவிருக்கும். "சம்பந்தி, மாப்பின்னைக்கு ஓடி ஓடி செஞ்சே பாதி வாழ்க்கை போய்டுதுன்னு" என அப்பா அம்மா பருத் தப்படுவாங்க. நான் அப்போல்லாம் சின்னப் பையன் எல்லாத்தையும் கவனிச்சுண்டே உட் கார்த்திருப்பேன். எனக்கென்னவோ, சம்பந்தி, மாப்பின்னைகளை வீட் வீட்டுப் பெண்கள் பன்ற ஆப்பாட்டம்தான் பெரிசா இருக்கறாப் பவ படும். அப்போலேர்த்தே எனக்குத் தோணும், "இதுக்கெல்லாம் நம்பனால சிபுலஸ்டாப் வைக்க முடியும். நாமனும் ஐயாவா இருக்கணும். எல்லாரும் பண்டிகை, சிபுலஷன்னு கலகலப்பா இருக்க வைக்க ணுமனு" என்ன பாமாக்கு புரிய நாளாகும், ஆனா கண்டிப்பா புரிஞ்சுப்பா இல்ல, பாமா? என்று கேட்க "சங்கடட்ட வந்துட்டாளன். எல் லாம் சரியாயிடும்" குமார் சொல்ல,

பாமா, "சாரின்னா" என்று தலை குனிந்த படி முணுமுணுத்தான்.

"அண்ணாட்ட எதுக்குடா ஸாரிபெல் லாம்" என்று தட்டிக் கொடுக்க, ரமாவிற்கு ஏனோ முத்தின் தான் மகிழ்ச்சி கேட்ட, "நான் ஸீரல், புனிதம், சாக்கடை எல்லாம் போய்ச் சேர்த இடத்துல்தான் இருக்கு" என்ற பெரிய வர் உபதேசம் திண்ணித்து வந்தது.

மனம் திரைய உணர்வையான உபசாரத் தோடு, "வருஷா வருஷம் பிராவனிக்ரு நீங்க இவக வந்துடணும்" என்று ரமா சொல்ல,

"தாராணமா, எனக்கு எல்லா வருடமும் தலைநிப்பாவனிதான்" என்றபடி தினேஷ் எழுந்து கொள்ள, எல்லாரது சந்தோஷ சிரிப் பெரிஷும் கடற்காற்றில் கலத்து எதிரொலித் தது. ○

பூத்துணாப்பூத்தில் இருக்கும் பிளாண்டிக் பிடிசிக், கிட்டிக் பூக்கும் போகன்னிக்மா அகிலது பூங்கொத்தினை சோதரி வரவேற் பறையிற் வைத்து ஆனியிற் மட்டி வைத்தால் வருபவர்கள் ஆகனைக் கண்டு ரசிப்பார்கள்.

- சி. மாஸ்தி





# Preethi®

விழாக்காலச் சவுகை

Preethi க்கு  
நான் கியாமின்டி



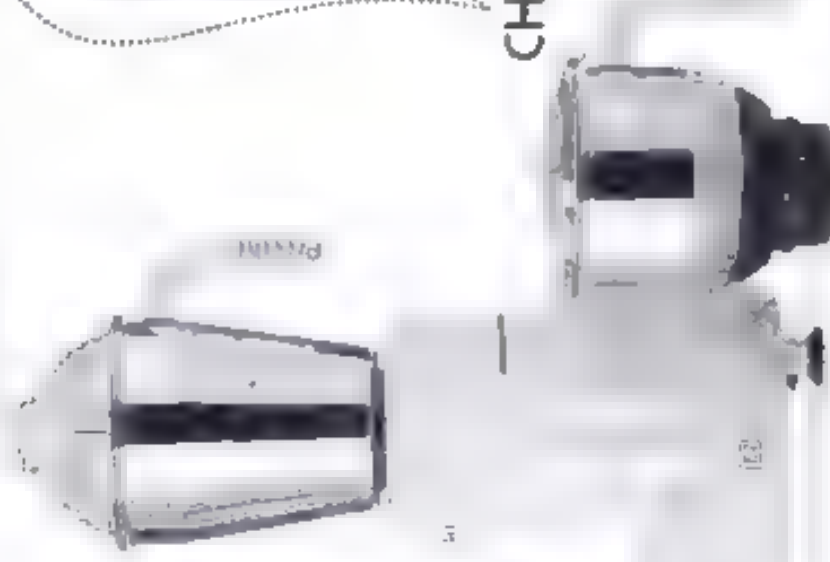
**FREE**



Coffee Maker

with

**CHEFPRO Plus**



**டி.ஏ.பெய்லர் பி. லிட், 2. போட் கிளப் ரோடு, முதல் அவினியு, சென்னை 600 028. ஃ4347963, 4341512.**

கிளைகள்: சென்னை ஃ4347419, 4345348, வேலூர் ஃ215916, திருச்சி ஃ704468, சேலம் ஃ250578, கோயம்புத்தூர் ஃ232687, மதுரை ஃ621376, திருநெல்வேலி 320252, பாண்டிச்சேரி ஃ346383, பெங்களூர் ஃ2222583, விஜயவாடா ஃ566637, செகத்திராயர் ஃ7819516, மீனாம்பட்டினம் ஃ541915.

அமுத சாதனப் பொருட்  
கள் தயாரிக்கும் 'அமெரிகன்' நிறு  
வனம் சில ஆண்டுகளுக்கு முன்  
பெங்களூரில் பற்றிய சில கணை  
யான தகவல்களைச் சேகரித்தாரா  
கள். அதில் முக்கியமான ஒன்று,  
பெண் தொழில் முனைவோ  
ரைப் பற்றியது. பெண்கள் முன்  
வீதறம், பெண் விடுதலை,  
பெண் சக்தி என்று எந்தப் பெ  
ரிய அளவிற்கும்தான், பெண்கள்  
தங்கள் பலத்த உணர்வு  
செயல்பட ஒரு முக்கியமான  
சாதனமாக தொழில் முனைவு  
குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது. அவர்  
சொன்ன ரிப்போர்ட்டில்  
பெண் தொழில் முனைவோருக்  
குத் தேவைபெற முன்று விஷ  
யங்களைக் குறிப்பிடுகிறார்கள்  
ஆர்வம், பரிந்து, உதவி

1989 ஆம் ஆண்டு அமெரி  
காவில் செயல்பட்ட இந்த  
ஆராய்ச்சியில் எத்தனை பெண்  
கள் தொழில் துறையில் வெற்றி  
பெறுகிறார்கள் என்று ஆராயப்  
பட்டது. சலிப்படைவாமல்  
தொடர்ந்து முயற்சி செய்யும்  
பெண்களும், தோல்வியை ஏதே  
மறுத்து, தங்கள் இலக்கை  
மீறியவர்கள் எதிர்நோக்கும்  
பெண்களும் மட்டுமே கவ  
னத்தில் செயல்படுவதாக மாறு  
கிறார்கள் என்றும் கண்டுபிடி  
செய்தது ஆய்வில். அந்  
நிலை என்று கூறப்படும் 'நோக்கு'  
தான் வெற்றியின் உத்துசக்தி.  
அந்நிலை குறிப்பாக Optimism மட்  
டுமே வெற்றி அடைகிறார்கள்.  
எதிர்மனதையே சிந்தித்து  
சொல்பவர்கள் விரும்பும் pessimism  
தோற்று விடுகிறார்கள் இந்த  
ஆராய்ச்சி நம் நாட்டுக்கும்

மிகவும் பொருத்த  
மானதே

பொதுவாகவே, வாழ்க  
கையில் வெற்றி பெறுபவா  
கள் வாய்ப்புகளைத் தேடு  
வார்கள். தோல்விகளை  
எதிர்நோக்குபவர்கள் பிரா  
ணத்தை மட்டுமே காணு  
வார்கள் வெற்றி பெறுப  
வர்கள் வாய்ப்புகளை நாடு  
வார்கள். தோல்வி அடைபவா  
கள் இழப்புகளையே எண்ணிக்  
கொண்டிருப்பார்கள் வெற்றிக்  
கரன் மனதிகள், 'நான் ஏதாவது  
செய்யவேன், சாதிப்பேன்' என்று  
தொடர்ந்து கூறுவார்கள். தோல்வி  
அடைபவர்கள் 'தல்வதாக ஏதாவது  
தடக்க வேண்டும' என்பார்கள். உலகிய



**மண்ணிலே  
கங்கம் தேடிய  
மமலிசுரீசுரீ!**

எதுவுமே தானாக உட்காது நமக்கு வேண்டியதை நாம்நான் நடத்திக் செல்ல வேண்டும்.

நான் இந்தத் தொடரை எழுதத் துவங்கியதிலிருந்து பல பெண்கள் எனக்குக் கடிதம் எழுதியிருக்கிறார்கள். என்னுடன் தொழைப்பியில் பேசுகிறார்கள். சென்ற வாரம் புதுச்சேரி டைலிக்குத் தொடர்பு கொண்ட ஒரு பெண்மணியைப் பற்றி எழுத விரும்புகிறேன். இவர் வாதம் - வாழ்க்கையில் முயற்சியின் பங்கு மிகக் குறைவானதே அதிகாஷ்டத்தின் பங்கே அதிகமானது.

"நானும் பத்து வருடமாக எத்தனையோ முயற்சி செய்தும் எதுவுமே சரியாக அடையவில்லை. அந்நேரம் சகோதரிகளுக்குத் தொட்டெல்லாம் பொன்னாகிறது. அவ புருஷன் அவனைக் கையில் வைத்துத் தாங்குகிறான். என் புருஷன் இப்படி (பலவீகக் குறைகள்) நான் வாழ்க்கையில் இப்படிக்கூடப் பட என் ஜாதகமே காரணம் நான் ஜாதகிஷ்டககட்டை உய்களைப் போல வாழ்க்கையில் எல்லாம் சரியாக அடையாத பெண்கள் உபதேசம் செய்வது வெறுப்பைத்தான் அளிக்கிறது."

என்னைப் பேசவே விடாமல் இந்தப் பெண்மணி புலம் பித் தீர்த்தார். நான் குறுக்கிட்டுப் பேச முயன்ற போது இவர், "தன்விஷ்டப்படி எல்லாம் காதித்துக் கொள்ள உய்களைப் முடிவிறது. என்னைப் போன்றவர்களால் முடிவுமா? உய்களைப் போல் நான் 'பாப்' முடிவெட்டிக் கொள்ள என்களைவர் சம்மதிப்பாரா" என்றார்.

சகோதரி, வாழ்க்கையில் நான் வெற்றி பெற உதவியது

## உஷா சுப்ரமணியன்

கட்டாயம் என் அதிகாஷ்டமே, ஜாதகமே, நட்சத்திரமே இல்லலை. என் தொழிலில் நான் பிரசுரிகை உதவியதும் என் முடியின் தீளமல்ல ஒன்று மட்டும் என்னால் நிச்சயமாகச் சொல்ல முடியும். நான் உடத்து வந்த வாழ்க்கைப் பாணதையும் மிக, மிகக் கரடுமுரடானதே.

நான் அனைப் பற்றி இன்று பேச விரும்பாத காரணம், என்னைச் சுற்றி நான் எதிர்மறை உணர்வுகளை வளர்த்துக் கொள்ள விரும்பவில்லை. தோல்விகளையும், துயரங்களையும் மட்டுமே பேசிக் கொண்டிருந்தால் என்னால் இன்று இவ்வளவு மகிழ்ச்சியாக, திருப்தியாக வாழவே முடிந்திருக்காது. வாழ்க்கையில் பல துயரங்களைச் சந்தித்த போதும் நான் இழக்காத ஒன்று நம்பிக்கை வாழ்க்கையை நாம் தேசிக்கக் கற்றுக் கொண்டாலே, வாழ்க்கை நமலம் ரேசிக்கத் துவங்கும்.

இந்தியாவில் பெரும்பாலான பெண்களுக்குத் தங்கள் வாழ்க்கைத் துணையையோ, தங்கள் வாழ்வு போதும் குறும் பத்துதையோ தேர்ந்தெடுக்கும் அனுமதியில்லை என்பதை நான் ஒப்புக் கொள்கிறேன். பெண்கள் தங்களுக்கு விருப்ப மில்லாத, பழக்கமற்ற சூழலில் வாழ வேண்டியிருக்கிறது என்பதும் உண்மைதான். ஆனால் அத்தகைய சூழலிலும், ஒவ்வொரு பெண்ணும் தன்னை, தன் ஆன்மீக பலத்தை, தன் மனோஸ்திரியத்தை இழக்காமல் இருத்தால் அவர்களால் எந்த வயதிலும் தொழிலில் வெற்றி பெற முடியும். வாழ்க்கையிலும் ஒரு திருப்திகரமான சூழலை உருவாக்கிக்

கொள்ள முடியும்.

தாமஸ் ஆல்வா எடிசன் வாழ்க்கையில் மிகவும் கஷ்டப் பட்டு ஒரு தொழிற்சாலையை உருவாக்கியிருந்தார். அவருக்கு 67 வயதாகும் போது அவரது தொழிற்சாலை தீக்கிரையாயிற்று. பல ஆண்டு கால முயற்சி, அவர் கண்ணொளிரே கொழுத்து விட்டு எரிந்து கொண்டிருந்தது. அப் போது அவர் கொண்டாராம்,

"இந்த விபத்திலே என்னுடைய பல தவறுகளும் எரிந்து விட்டன. நான் என் தவறுகளினால் கற்றுக் கொண்ட பாடங்களை மட்டும் வைத்துக் கொண்டு வாழ்க்கையை புதிதாகத் துவங்கலாம்."



தோல்வி என்பது வாழ்வில் தவிர்க்க முடியாதது. தோல்விக்கு ஐதகம், அதிகாஷ்டம், தளவறிதி என்று எதை வேண்டுமானாலும் காரணம் காட்டலாம். ஆனால், பிரச்சனைகளிலிருந்து, துயரங்களிலிருந்து, இழப்புகளிலிருந்துதான் புது நம்பிக்கை பிறக்கிறது.

முப்பது வயதில் ஒன்று நூற்றைக்கூடக், உயர் படிப்போ, தொழில் அதிலோ இல்லாமல் கணவனைச் சார்ந்து மட்டும் வாழும் ஒரு பெண் விபத்தில் கணவனை இழக்கிறான். எவ்வளவு பெரிய இழப்பு. அவன் அந்த இழப்பிலே மீளாமல் அழுது கொண்டிருந்தால், அவன்

குழந்தைகளும் அவளும் பசிபிள் வாடி. தடுத்த தெருவில்லாதான் நிறை வேண்டியிருக்க வேண்டும். அதே பெண்மணி இரண்டு வீட்டில் சமைப்பைச் செய்தா, வீட்டு வேலை செய்தோ வாழத் துவங்கினால் அவள் வாழ்க்கையில் முன்னேற்றம் இருக்கும். அவன் குழந்தைகள் தயை முறையில் வளர்வார்கள்.

நடுத்தர வயதுப் பெண்கள் இளைமையில் மாமியார் கொடுமையில் கஷ்டப்பட்டிருக்கலாம். கணவனிடம் இணக்கமில்லாமல் இருக்கலாம். குழந்தைகள் உங்களை மதிக்காமல் இருக்கலாம். நீங்கள் வாழ்க்கைப் போராட்டத்தில் அழகு இழந்து, உடம்பில் சதை போட்டிருக்கலாம். இவற்றில் எதுவுமே இன்று நீங்கள் வெற்றி பெறத் தடைபடாது இருக்கக் கூடாது.

நாற்பதனதத்து வயது வரை கணவனின் அனுமதியின்றி வாயிலில் கூட சென்றதில்லை. இன்று தனியாக சதாவது செய்ய அவர் சம்மதிப்பாரோ என்ற ஹயம் இருந்தால், அதை நேரில் அவரிடமே கேளுங்கள். அவர் சமயமும், சம்மதமில்லை என்று பதிலளிப்பீகாமல்.

"நீயா... வெளியே வேலைக்குப் போகப் போறியா... உன் அழகு தெரியாதா? உனக்குச் சாஸ்ததியமே போறது" என்று கேலி பேசத் துவங்கினால், உடனே உடைத்து போய், உங்கள் முயற்சியைச் சாஸ்திடாரிகள் அல்லது, "தான் எது செய்தாலும் சப்போர்ட் கிடைப்பது" என்று அழுது ஆர்ப்பாட்டம் செய்வார்களே. அவ்வது பல பெண்கள் எழுதுவது போல் வீட்டை விட்டு ஓடி விடுவோள் என்று பதிகாளி ஆட்டம் ஆடார்களே. மெல்லப் புணர்ச்சிப்புடன், கணவனுடைய கண்ணில் நேரே பார்த்து, இதமான குரலில்...

"தான் வெற்றி பெறுவேன் என்ற நம்பிக்கை இருக்கு. அப்படி ஆரம்பித்ததில் தோல்வியைச் சந்தித்தாலும் தான் தரைப் போவதில்லை நீங்கள் எனக்கு மிகப் பெரிய பலம் என்றும் தான் நம்புகிறேன்"

என்று திடமான குரலில், கம்பீரமாகக் கூறுங்கள். அப்படியும், அவர் சம்மதிக்கவில்லை என்றால், எதிர்வார்தம் செய்பாமல், அதே சமயம் உங்கள் முயற்சியைத் தொடர் குங்கள். தான் தொழில் துவங்க, பிறர் உதவியை நாடினாலும், என்னுடைய முழு பலமுட நான் மட்டுமே தான் வெற்றி பெறுவேன் என்று திண்மம் பலமுறை உங்களிடமே நீங்கள் கூறிக் கொள்ளுங்கள். உங்களை மட்டும் தட்டி கேலி செய்பவர உங்கள் தன்னம்பிக்கையைத் குதிவைக்கிறார். நீங்கள் நம்பிக்கை இழப்பது அவர் வெற்றி. நீங்கள் உடைப்பாமல் இருந்தால் அது உங்கள் வெற்றி. முடிவு உங்கள் வாயில் தான்.

தமிழ்தாட்டில் பல பெண்களுக்கு இனிமையான குரல் இருக்கிறது. பெரும்பான்மையினர் வாகன இணையில் நல்ல தேர்ச்சியும் அறிவும் பெற்றிருக்கிறார்கள். இதற்கைய பெண்களில் பலருக்கு, இன்று வெளி உலகில் நீதைய வாய்ப்புகள் உண்டை என்று தெரிவதற்கானது. எனவே இவர்கள் தங்கள் குரல் விளம்பரங்களில் ஒலிக்க வேண்டும். சினிமாவில் பாட வேண்டும் என்று ஆர்வமாய் உள்ளார்கள். இத் துறையில் வாய்ப்புகள் கூட்டாயம் உள்ளன. ஆனால் ஆயிரத்தில் ஒருவருக்குத்தான் இது கிடைக்கிறது மற்றவர்கள் சிறிது காலம் முயற்சி செய்வு விட்டு விட்டு விடுகிறார்கள்.

சீலா என்ற பெண்மணி தன் நாடிபத்து எட்டாவது வயதில் இந்த முயற்சியைத் துவக்கினார் பலகார சந்தித்துப் பேசினார் பல கட்டுப்போக்களில் 'ஆடிஷன்' செய்தார். வாய்ப்பு கிடைக்கவில்லை. அவர் கனாவன், "ஏம்மா, வீண் முயற்சி... நீயெல்லாம் பழகானக் குதான வாய்க்கு" என்று ஏனையாகப் பேசினாராம்.

செமயேயு சீலாவைக்குள் ஒரு திரிபெற்றி. பழகான செய்வது என்றால் மட்டமா? அடுத்த ஆறு மாதத்தில் மீரா பழகான, குரிதான் பழகான

\* நீட்டை செய்து திறக்கும் குன்பு 95 கப் தேவகாவில் பாக் விட்டால் ரூசி மீருத்து திருக்கும்.

• காய்கறி வேகவைத்த நீரை சாத்தித்துப் பயன்படுத்துவது போல கடனை, காராமணி, கொண்டக்கடனை, கொள்ளு போன்ற தானியங்களை வேகவைத்த நீரை வடித்து நுடிக் வறுத்த மிஸ்து, சீரகம், திவந்துடன் பூண்டு, கொத்துமீன் சேர்த்து நுரைத்து உப்புப் போட்டு மகாவை 750ம் வைக்கலாம்.

- பத்மஜா ராமகோபால்.





**தீபாவளி நல்வாழ்த்துக்கள்!**

**உயர்ந்த தரம்! உற்சாகமூட்டும் சுவை!**

**அனைத்திலும் முதலிடம்**

**அகர்வால் பவன்**

**இனிப்புகளுக்கே!**



**அகர்வால் பவன்**

255, கோலித்தப்ப நாயக்கன் தெரு, சென்னை - 600 001.

போன் : 5389219, 5389349. பேக்ஸ் : 91- 44 -5389125

ரங்களுக்கு வேறு கிளைகள் இல்லை

Elegance

வாழ்க்கைவளவரவரின் வாழ்க்கை வளம். 255-ம் (பக்கத்து வீட்டில்) கூடுதல் அடிப்படைத் திறக்கப்பட்டிருக்கிறது.

நிர்வாகி கல்விப் படித்தார்கள்

உங்கள் பட்டுப் புடவை

# எஜ்ஜுப் பஜுப் ரெஜிஸ்டர்

பழச்செல்லம் புதுசாகும்  
புதுச்செல்லம் மேலும் மெருகேறும்

பட்டுப் புடவைகள் நிறம்  
மங்கி விட்டதா?  
கைரகன் படித்து விட்டதா?  
கவலை வேண்டாம்

நிறம் மங்கிய கைரகன் படித்த பழைய  
பட்டுப் புடவைகள், கரட்டன்  
கைரகன் புடவைகள் மற்றும் ஜீன்ஸ்,  
கரட்டன்ஸ் ஆகியவற்றை சிறந்த  
தரத்துடன் சாயம் தேய்த்து புத்தம்  
புது பொலிவுடன் புதியவைகளாக  
மாற்றித்தருகிறோம்.

- ◆ டைமர்
- ◆ பளாக் பிரிண்ட்ஸ்
- ◆ ஹேண்ட் எப்பாய்டரி
- ◆ எப்பெஷல் டைர கிளீனிங்
- ◆ எம்ப் பிளேஸிங்
- ◆ ஐரி பாரிஷிங்
- ◆ டார்னிங்
- ◆ எடிசிங்

**SPECIAL OFFER**  
Printed Pure Cotton  
Saree Suits for sale  
Rs 250/- only

கடிதம், பிளவுஸ் ஒரே தாளில்  
தைத்துக் கொடுக்கப்படும்.

**ஸ்ரீ ராமலோக் & கோ**

73, ரங்கநாதன் தெரு,  
(அம்பிகா அப்பளம் பின்னறம்)  
திருச்சி, சென்னை - 600 017.  
போன் : 4345697, 4353063

கள். தேவாரம், திருப்பாவை என்று சுவை  
மான பழங்களைக் கற்றுக் கொண்டார். அப்  
படிப்பட்ட வகுப்புகளுக்குச் செல்லும் போது  
இவரைப் போலவே ஆர்வம் உடைய பல  
பெண்களையும் சந்தித்தார். தனக்கென்று ஒரு  
பழத்தைக் குழு தயார் செய்து கொண்டார்.

ஆரம்பத்திலே ஆளுகைக் கொஞ்சம் பளகம்  
போட்டு, பன ஏறிச் சென்று கோவில்களில்  
பாடத் துவங்கினார்கள். அடுத்தகட்டமாக  
தங்கள் குழுவை ரிஜிஸ்டர் செய்து கொண்டு,  
தங்கள் குழுவின் பஸ்துதையும் தங்கள் குழு  
பாராட்டப்பட்டதையும் அச்சிட்டுப் பல  
கோவில்கள், சமயக்கூடங்கள் இவற்றுக்கு  
அனுப்பி வைத்தார்கள். குறிப்பாக சிறிய நகரங்  
கள், பெரிய கிராமங்கள் இப்படித் தேர்த்  
தெருத்தார்கள் இங்கே போட்டி குறைவு மிகக்  
குறைந்த தொகைக்கு திருவிழாக்களில் பாட  
முனைந்தார்கள். தொண்டாட்சிகளில் தேர்த்  
தார்கள்.

அடுத்தகட்டமாக கலீலாவின் தொழில்  
விநியோகம் துவங்கியது. ஏற்கெனவே பழக்கத்  
தொண்ட பழனை மட்டுமின்றி புதிதாக எழுதி,  
ஒவ்வொரு கடவுளுக்குக் ஒவ்வொரு சமயச்  
சாபுக்கும் என்று தனிப்பாடப் பாட்டாகத்தான்.  
குறிப்பிட்ட கோவில்களுக்கு அந்தக் கோவிலில்  
அதன் செயலங்களைப் பற்றிப் பாட்டு  
எழுதினார். கலீலாவின் பழனை சங்கத்திற்கு  
பாடியாரிட்டி அநிசமாக ஆக, அவருடைய  
"ரேட்"டையும் மெல்ல உயர்த்தினார்

பழனையிலிருந்து மெல்ல, மெல்ல இளை  
சமயத்தப்பட்ட மற்ற விஷயங்களிலும் அவர  
கள் ஆர்வம் பரவியது திருமண வீடுகளில்  
காஞ்சம் துவங்கி, மாலை ரிசப்ஷன் வரை  
இவர்கள் இசையைக் கேட்கலாம். அந்தந்த  
குழுவிற்குத் தக்க பாடல்கள் சம்பந்தி. ஒரு  
சமீபத்த நிகழ்ச்சியில் முழுவதும் செல்லம் நுழைய  
பாடல்களை இந்தக் குழு வெகுத்து வாய்க்கிக்  
கொண்டிருந்தது இந்த இளைசக் குழுவைக்கு  
இப்போது சொந்தத்தில் பக்கவாதங்கள்  
ஏதேனும் செல்லம் ஒரு ஆய்வினை கூட உண்டாது  
சம்பந்தி. ஒரு இஸ்லாமிய திருமணத்தில்  
படுதொடங்கும் பின்புறம் அமர்த்து இவர்கள்  
காதல், இவ்வறம், ஒழுக்கநெறி பற்றிய  
பாடல்களை இளைசத்தாக கலீலா கூறினார்  
(பெயர் மாற்றப்பட்டுள்ளது)

பாட்டுப் பாடநது பெரிய விஷயம் என்று  
சலோதரிகள் கேட்பார்கள். பாடுவதை ஒரு  
வெற்றிகரமான தொழிலாக மாற்றுவது மிகப்  
பெரிய காரியமே. குழுவில் எத்தனை பேரை  
போட்டி, பொறாமைமின்றி ஒரு டி.பி. ஆக  
நடத்திச் செல்ல வேண்டும் எங்கெங்கே விபா  
பார வாய்ப்புகள் உண்டோ அவற்றைக் தன்னு  
யிடித்து, அத்துறையில் தங்கள் நிறமையை



வெதர் டுண்டர்பேக், பர்ஸ், பெட்டி, டூட்டிபேக் இவற்றை துணி விகிசரின் அல்லது வானவின் தடவி துடைத்தால் புதும போல பளபளக்கும்.

— கனகாபி ரங்கநாதன்.

வளர்த்துக் கொண்டவதுடன், தங்கன இதனை வைப்பும் மார்க்கெட்டில் செல்வ வேண்டும். ஆரம்பத்தில் வெலி பேசிய கசிலாவின் வானவா இன்று கசிலாவின் இளைக்க குழுவின் 'புகழி'யு களை கலவரிக்கிறார். புதிது புதிதாக துடிபார்க களும் வருகிறார்கள்.

நான் திரும்பத் திரும்ப பெண்கள் தல கைக்குக் தெரிந்த, புரிந்த, துறைகளை பிளின னாக மாற்றுவதே ரகசிய என்று ஏன் கூறு கிறேன் என்பது உங்களுக்கு இப்போது புரிந் திருக்கும். வேறறி என்பது வாழ்வின் இலகவா இளைப்பாறுவது. அது முயற்சியின் பலன. உழைப்பின் சம்பளம். மனம் தளராப பார்வை யின் பிரதிபலிப்பு. என் பார்வையில் வெற்றி என்பது தேடல், முயற்சி, பயிற்சி, தளமை பிக்கை, பாஸ்டியல் சித்ததை, உழைப்பு, உழைப்பு, மற்றும் தொடர்ந்த உழைப்புதான்.

நான் பள்ளியில் படித்த போது போலார் தங்க வயதுக்கு எக்ஸ்கர்ஷன் சென்றிருந்தோம். போகும் வழியெல்லாம் கொலாரிய எங்கு பார்த்தாலும் தங்கம் குவிந்திருக்குமாம் என்று சின்னப் பெண்களான நாங்கள் தங்கக் களவு கூறிய மிதத்தபடி சொன்னோம். தங்கக் கரவு கத்தியோ தங்கத்தைத் தவிர எல்லாமே இருந் தது. பிரம்மமாண்டக் குலியல்களில் கவிமனை இருக்கது. பூமிக்குள் இருக்கி மண், மண்ணாக மண்ணைத் தோண்டி வெளிக்கொண்டு வந்து கொண்டிருந்தார்கள். எங்களுக்குகெல்லாம் ஏமாற்றம். அதைப் புரிந்து கொண்ட டூபர்வைசர்.

"குழந்தைகளே, பல ஆயிரம் டன் மண் களைத் தோண்டி எடுத்தால்தான் அதன் அடி யில் தங்கத்தைக் காண முடியும். அதைத் தங்கம்

## அழகாய் இருக்க ஆகையா?

நாம் அழகம் இருந்தால் உணர்த்தும் மிழ்ச்சி வெண் ணும் தன்மைபெணை ஏற்படும். பொதுவாக எப்படிப்பட்ட வானவும் 'மேக்-அப்'பினை அழகம் வளப்படுத்துகிறது. வெற்றத்தில் 'டர்சி முதல் உள்வாங்கல்'வாறு நம் உடலின் ஒப்பெரு அம்சங்களிலும் அழகம் பிரிவு செல்வமாம் இக்கருவ தனை அழகு உடைய உத்தியோகமாம்.

இவற்றையெல்லாம் ஒருங்கிணைத்து 'தி விசிபிள் டிபான்ஸ் எக்ஸ் ஆஃபி வங்குலாஜி ஸ்டூடி ஸ்கூல்' பரந்தமையே வெள்ளைக்கு பயிற்சி தனை அழகுக் களை சிவ்வாக்கை சிறந்த முறையில் அளித்து வருகிறது. உடலின் தகவலிற்ற துணர்வனைக் கொண்டு அழகுக்களை பயிற்சி களை 'வங்குலாஜி ஸ்கூல்' மூலம் கொடுக்கிறது.

வேறு இக்கருவ இவை பெண்களின் தகவலாய் பங்கை மன துறைய, கொடுக்க செய்வது, முப்பது, எழுப்புகளை, முடிவெடுத்தல், துக்க உடல் கடை போன்றவற்றிற்கு ஆய்வறித் சிவ்வா முறையில் சிறந்த பயங்களை துரு களை முடியும். வயதாவகங்களுக்கு Anti-aging சிவ்வாக்கை மற்றும் அமைத்துப் பங்கைகளும் எனிய முறையில் தீவிர கவனம்.

கருதலாக இண்ட்ரெக்டன் தகுதிகள் அளிக்கப்படும் கருதலாக முத்து சிவ்வா, விதவிதமான வங்குலாஜி தேர்ந் தவால், வலியில்வாகம் வேண்டாத முடி தீக்கம், புதுப்புது வெற்றி உணர்வை, அழகுக்களை திறமையில் தேர்ந் தவால், மனம் வெண் அமைக்கல் என்று புது வகையான அழகுக் களைக்களை கருது வாகவையானவர்களுக்கு குறைந்த செலவில் சிறந்த கருதலாக அளித்து வருகிறோம்.

வெற்றிக்கு அழகு உடைய அமைக்கல் அமைப்பின் தகவ ல் வகைத்தராத தற்போழுது வெலர் சிவ்வாவுடன் அளித்த வருகிறார். இவர் தரும் ஆய்வு வறித், ஆரோக்ய வெலி ஆயிற் சிவ்வா சிறந்த பயங்களைத் தருகிறது.

வேறு துருவ தளியாக மான துருவ அமைக்க முப்பது தேர்ந் ஆரவகைய பங்கியிட விருப்பம் வெள்ளைக்கு உடல் அமைக்க முயற்சித்த சிவ்வா அமைக்க, முடி அமைக்க, கருடுகளை மேக்-அப் 'குடும்ப வானி' 24 ஐ வெல்டி, சிவ்வா, முத்து மனம் மேக்-அப்புகள், மேலா, தியானம் துருவ மூலமாக அழகு கருதலாகம் துவித்தல் ஆய்வாக கருத்து தரப்படுகிறது. வேறு வயதாவகங்களுக்கு Anti-aging Treatment கருப்புகளாக அழகு பிரெண்டி, அழகம் சிவ்வாக்கை மற்றும் Color Injection எனிய சிறந்த முறையில் துருவ சிவ்வா அளிக்கப்படுகிறது.

விவரங்களுக்குத் தொடர்பு கொள்ள.

Week Days : 10 a.m. - 5 p.m. Sundays : 11 a.m. - 3 p.m.

**தி விசிபிள் டிபான்ஸ் பெரென்ஸ்**  
(வெல்டி) எக்ஸ் ஆஃபி வங்குலாஜி ஸ்டூடி ஸ்கூல்,  
5, பாஸாஜி அவினியு முதல் தெரு.  
வள்ளூர் கோட்டம் அருகில்,  
தி. தகா, சென்னை - 800 017.  
போன் : 8254079, 8238815  
e-mail : vamsidhas@rediffmail.com www.vamsidhas.com

கூட நீங்கள் எதிர்பார்ப்பது போல் பளபள வென நடை வடிவில் இருக்காது. தங்கத்தை மெருகுக்கட்டக் கூட்டத்தான் பளிச்சிடும்" என்றார்.

"அப்போ இப்போ தங்கத்தைப் பார்க்க முடியாதா, வெறும் களிமண்தாளா" என்று ஏமாற்றத்துடன் ஒரு பெண் கேட்க. அந்த சூப்பர்ஸை..."

"நாங்கள் மண்ணைத் தேடித் தோண்டு வதில்லை, தங்கத்தைத் தேடித் தோண்டு கிறோம்" என்றார்.

நாங்கள் மண் குவியலை மட்டும் பார்த்தோம். அவர்களோ அதன் அடியிலுள்ள விலைமதிப்பற்ற தங்கத்தைப் பார்த்தார்கள். அதை அடையாளம் கண்டுபிடித்த பிறகு, அதைத் தேய்த்துத் தேய்த்து மெருகேற்றினார்கள். வாழ்க்கையில் மண்ணைத் தேடிக்கொண்டிருந்தால் மண்தான் கிடைக்கும். அதைத் தாண்டிய பொன்னைக் காணப் பழகிக் கொண்டால், பொன்னைக் கண்டுபிடித்து, மெருகேற்றி, தன்சுவாக அணியலாம். உங்கள் திறமையை நீங்கள் அடையாளம் கண்டு கொண்டு, அதைத் தொழிலாக மாற்றத் தொடர்ந்து முயற்சி செய்தால் கட்டாயம் வெற்றி பெறுவீர்கள்.

உங்கள் வெற்றி, தோல்விகளை நீங்கள் எப்படியும் பார்க்கிறீர்கள் என்பதும் முக்கியம். கசிவாவின் இசைக் குழுவைப் பற்றி எழுதும் போது நான் எழுதாமல் விட்ட ஒரு விஷயத்தையும் இப்போது கூறுகிறேன். மூன்றாண்டு களுக்கு முன் அவர் இசைக் குழு உருவம் பெற்று, வளர்த்து கொண்டிருந்த சமயத்தில், திடீரெனக் கண்டுபிடிக்கப்பட்ட புற்றுநோயில் அவர் மார்க்கம் அகற்றப்பட்டது. அவர் மகள் தன் சூழ்நிலையை இழந்தார். இப்படிப்பட்ட சொந்த துக்கங்கள், குடும்ப துக்கங்கள் இவற்றைச் சந்தித்த போது அவர் தொழிலிலிருந்து விலக வேண்டியிருந்தது. அப்போது அவர்,

"போதுமடா சரமி, உடம்பும், மனமும் ஒன்று விட்டது இப்போ என்ன பாட்டும், விடாபாரமும்... என் முயற்சியிலிருந்து விலகி விடுகிறேன்"

என்று ஒதுங்கியிருக்கலாம். ஆனால் அவர் இந்த இழப்புகளிலிருந்து மீண்டு, தன் முயற்சியைத் திரும்பவும் துவங்கினார். இது தான் வாழ்க்கையில் perseverance என்பது. வாழ்க்கையில் நடக்கும் சம்பவங்கள் நமக்கு முக்கியமானவைதான். ஆனால் அவற்றை விட முக்கியமானது இச் சம்பவங்களை நாம் எப்படியும் பார்க்கிறோம் என்பது.

சந்த ஒரு சம்பவத்தையும் உணர்ச்சிபூர்வமாக நோக்குவதிலிருந்து விலகி, objective ஆகப் பார்க்கும் பழக்கம் சொந்த வாழ்வில் உட்டு மிணி, விடாபாரத் துறையிலும் வெற்றிக்கு வழிகோலும். நம்முடைய வாழ்க்கையில் நடக்கும் சம்பவங்களில் அனைத்திற்கும் நாம் பொறுப்பேற்ற முடியாது. புற்றுநோய், துறாண் பழக்க மற்ற ஒருவருக்கு, நம்மைக் கேட்டுக் கொண்டா வருகிறதா? ஆனால் தவிர்க்க முடியாத ஒன்றை சந்திக்க நம்மைத் தயார் செய்து கொண்டா பிறகு, அதைத் துயரிலிருந்து வெளிவரும்படி மண்ணைப் பழக்கிக் கொண்டால் வெற்றி பெற முடியும்.

நான் சமீபத்தில் படித்த ஒரு வரி என்னவென மிகவும் சிந்திக்க வைத்தது. "When we are exhausted quilting looks good. But winners endure..." எனவே நீங்கள் வாழ்க்கையில் வெற்றி பெற விரும்புகிறீர்களா இல்லையா என்பதை இப்போதே முடிவு செய்து கொள்ளுங்கள்.

(தொடரும்)

விடுமுறையில் உறவினருக்கு ஏதாவது வாங்கிக் கொள்ளும் பட்சத்தில் பழங்கள், பட்சணங்கள் என்று சுகஜமாகி போனவைகளை ஒதுக்கி விட்டு சற்று வித்தியாசமாக கை துடைக்கும் துவால்கள், முகம் துடைக்கும் டவர்கள், மேஜை விரிப்புகள், உலககட்டிகள், கத்திகள் என்று வீணாகாத பொருட்களை வாங்கி அன்பளிப்பாகக் கொடுக்கவேண்டும்; உங்கள் உறவினர் முகத்தில் பரவும் எல்லையற்ற சந்தோஷத்தை பாப்பீர்கள்!

- எஸ். சரஸ்வதி கவாயிதூதன்.







முடித்த செல்வி. பார்வதி தந்தை காலமானதால் தாயாரிடம் சென்னைக்கு வந்து சேர்ந்தார். மருத்துவம் எடுத்துப் படிக்க முடியாமல் போகவே கல்யாணிப் படிப்பு முடித்ததும் மகப்பெறு மருத்துவ மையத்தில் 'சோஷியல் வொர்க்கர்' எனப்படும் பொதுச் சேவை செய்பவராக சேர்ந்துள்ளார்.

நான்கு வருடப் பணிக்குப் பிறகு பொதுநல ஆணையராக முன்னேறி, இருபத்தி ஏழு ஆண்டுகளுக்குப் பிறகு இணை காரியதரிசியாக பணிபுரிந்து ஓய்வு பெற்றிருக்கிறார். இந்தப் பணிக் காலத்தில் அவர் பெற்ற அனுபவமும், திறமையும் தன வாழ்தான் முழுவதும் வினா காமல் பிறகுக்குப் பயன்பட வேண்டும் என்று இவருக்குத் தோன்றியது.

வேலைக்குச் சேரும் பேரது திருமதி. சரோஜினி வரதப்பனிடம் ஆலோசனை பெற் றிருக்கிறார். ஓய்வு பெறாதும் திரும்ப அவரி டமே சென்று.

"எனக்கு ஓய்வூதியம் மற்றும் பரம்பரை சொத்து ஓரளவிற்கு இருக்கிறது. அதனால் என் திறமை சேவை மனப்பான்மையைப் பயன் படுத்திக் கொள்ளக்கூடிய இயக்கங்களை காட்டி வழிவகுத்தால் சந்தோஷமாக இருக்கும்" என்று கூறவே ரெட் கிராஸ் இயக்கத்தின் கௌரவக் காரியதரிசியாக சேர்ந்து பணிபுரிய சொல்லியுள்ளார்.

அதன் பிறகு டாக்டர். தந்திதா திருஞ்ஞ ஸாத்தியின் விருப்பப்படி சி.பி. ராமஸ்வாமி சென்ட்டரிலும், ராமதிருஞ்ஞ சாரதா தேவி பணிபுரியும் பெண்மணிகளின் தலைமையில் கன்வீனராகவும், ஆத்திர மகிச சபாநின் விதிபாலவாயில் (லக்) சேர்மனாகவும், தேவனல் கவுன்சில் ஆப் விமனின் - முதியோர் இய்வத்தில் கௌரவ காரியதரிசியாகவும் பணிபாற்றுகிறார். இந்தச் சேவைகளில் எதற் றும் சம்பளம் பெறுவதில்லை. போக்குவரத்துச் செலவு மட்டுமே பெற்றுக் கொள்கிறார்.

குஜராத் மாநிலத்தில் திருநடுக்கம் ஏற்பட்டு சீரழிந்த போது ரெட் கிராஸ் சங்கத்தின் வளாகம் முழுவதும் கால் வைக்க இடமில்

லாமல் பொருட்களும், துணிமணிகளும் வந்து சேர்த்தன. கமார் ஐந்து கோடி மதிப்புள்ள இப் பொருட்களை குஜராத்திற்கு ரயில் மூலமும், விமானம் மூலமும் சரிய முறையில் அனுப்பி யுள்ளார் செல்வி. பார்வதி.

திற்புதலியாக மட்டும் என்பதறி எட்டு வட்சம் ரூபாய் சேர்த்ததும், அதைச் சரியான வழியில் பயன்படுத்தும் பொருட்டு தமிழ்நாட் டுக் கௌன்ஸல் சேர்ந்த திருமதி. சரோஜினி வரதப்பன், பார்வதி தேவேந்திரா மற்றும் சுதாநி மணி ஆகிய மூவரும் குஜராத்தில் உள்ள ராஜ் கோட் என்ற இடத்திற்குச் சென்றனர். அந்த ஊரில் உயிர்ச் சேதம் அதிகம் ஏற்படா கிட்டாதும் அதனை விடுகளும் பூமிக்குள் புதைத்து விட்டன. ஏழைகள், பணக்காரர்கள் ஆகிய அனைவரும் தெருவிற்கு வந்து விட் டனர். இந்தனை கஷ்டத்திற்கும் இடையே அவர்களிடம் சென்று எத மாதிரியான உதவி வேண்டும் என்று இவர்கள் கேட்டபோது,

"எங்கள் குழந்தைகளின் எதிர்காலம் ஒரே இருட்டாக உள்ளது. அவர்கள் வாழ்வு வளம் பெற, அறிவு பெற, பள்ளிகளைக் கட்டிக் கொடுங்கள்" என்று கேட்கவே சேர்ந்துள்ள தொகை கொண்டு மூன்று பிறைமரி பள்ளிகள் கட்டப்பட்டு வருகின்றன.

"தமிழ்நாட்டு மக்களின் தயான குணத்தாத யும், சேவை மனப்பான்மையையும், கருணை த்தைந்த மனதின்னையும் கண்டபோது மனம் குளிர்த்து போயிற்று. இவர்களின் இந்தத் தன் னலமில்லாத சேவை மனப்பான்மையை தத்திச் செல்லும் வழிகாட்டியாகவே நான் விளங்குகிறேன். பொது மக்கள் சங்கத்தாத நயி தரும் தன்கொடைகளை தல்ல வழியில் பயன்படுத்த முயல்கின்றேன். எனவே இந்த விருது தலைவமில்லாத சேவை மனப்பான்மைய கொண்ட ஒவ்வொரு தமிழ்நாட்டினருக்கும் கிடைத்ததாகவே கருதுகிறேன்" என்கிறார் செல்வி பார்வதி தேவேந்திரா.

மெட்டி : ராஜ்மஜீ சந்திரசேகர்

தேவ்காய், எனுமிச்சா சேவைதான் எப்போதும் செய்கிறோமே, கொஞ்சம் வித்தியாசமாக இருக்கட் டும் என்று தக்காளித் தொக்கை சேவையோடு கவத்து பரிமாறினேன். இப்போதெல்லாம் 'பெமேடோ சேவை' செய்யச் சொல்லி குழந்தை களிடமிருந்து அடிக்கடி விண்ணப்பம் வருகிறது.

— பத்மஜா ராமகோபால்.





## அன்பான வேண்டுகோள்

சிவானந்த குருகுலத்தில் இருக்கும் கமர் 300 ஆதரவற்ற குழந்தைகளும், யோவர்களும் இந்த வருடம் தீபாவளி திருநாளை மகிழ்ச்சியுடன் கொண்டாடும் வாய்ப்பைப் பெறும் உதவிக் காகம் கேட்டுகிறது.

பொதுமக்கள் அன்புடன் அளிக்க விரும்பும் நன்கொடை பணம், கொடுக்கக் கூடிய இருத்தாலும் இக்குழந்தைகளின் நலனை முன்னிட்டு ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகின்ற நன்கொடைகள் தங்களால் இயன்ற உதவியை பணமாகவோ, அல்லது புத்தகங்கள், மருந்துகள், சிப்பிய், எண்ணெய், சீயக் காய், அரிசி போன்றவை போன்ற தானிய வகைகளை நன்கொடை கொடுக்குமாறு கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

அன்புடன் அளிக்க விரும்பும் நன்கொடைத் தொகைகள் காரோணவாகவோ / டிராப் டாகவோ 'சிவானந்த சர்வவழி சேவாசர்வம்' என்று பெயரில் அனுப்பி வைக்கும்படி கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

**அனுப்ப வேண்டிய முகவரி :**

திர்வாதி,  
'சிவானந்த சர்வவழி சேவாசர்வம்'  
நெ. இ. கம்பர் தெரு  
கிழக்கு தாப்பரம், கொடைக்கானல்  
Phone: 2391079, 239244

**சென்னை யில் நன்கொடை  
கொடுக்க வேண்டிய முகவரி :**

திரு. எத்தன் பிரகாஷ் மஹோத்ரர்  
M/க.பிரகாஷ் டிரேஷர் கம்பெனி,  
நெ.156, தம்பு செட்டி தெரு,  
சென்னை - 600 001.  
Phone: 5342428, 5342803,  
5342587

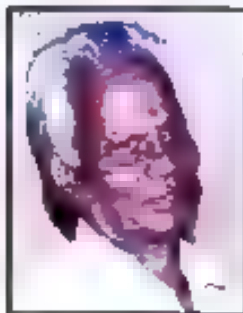
குருகுலம் கட்டளங்கொண்டனம் 04114-52345 (STD) 954114-52345, 51815 (Local Call)

பின்னூறிப்பு : காரோணவாகவோ / டிராப் டாகவோ 'சிவானந்த சர்வவழி சேவாசர்வம்' என்று பெயரில் தான் அனுப்ப வேண்டும் என்பதை கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

E-mail : sivanand@md2.vsnl.net.in

Visit our website at: www.sivanandagurukul.org

சேலம் முகவர்கள்...



• சந்திர



• விபாணி மணவாசுடன்...



• முகப்பிரம்மாண்டம், பொற்புள்ளி



• அனந்த

**வாசகிகளுக்கு வாசகிகளால் நடத்தப்பட்ட புதுமைபாண**  
இந்த மெகா பரிசுப் போட்டித் தொடரின் கடைசி தேர்வு தகராசிகள்  
சேலத்தில் தடைபெற்றது.

முதலில் சேலம், பெங்களூர்? என்ற குழப்பத்தில் இருந்தது.  
முடிவில் சேலம். சரோடு வாசகிகள் அதிக அளவில் விண்ணப்பித்து  
இருந்ததால் சேலம் மாவட்டம் தேர்வு செய்யப்பட்டது. பெங்களூர்  
வாசகிகள் வருத்தப்பட வேண்டாம். இதுபோல் ஒரு புதுமைபாண  
தகராசியை இனிப்போரு முறை உபகரண ஊரில் நடத்தி விட்டால்  
போச்சு!

சேலம் சரோடு நாமக்கல்லால் சேர்த்த ஐந்து வாசகிகளைத்  
தேர்ந்தெடுத்திருக்கிறோம். சேலத்திலிருந்து அனுராதா சாய்க்கிணை,  
அன்வழாணி, சரோடிவிலிருந்து சாமுண்டம்மணி மற்றும் கசந்தா  
சுதானந்த, நாமக்கல்லிலிருந்து ரஞ்ஜனி பதமநாபன் ஆகிய ஐந்து  
பேரும் தடுவர்களைக் கடந்திருந்தனர்.

சேலம் தடுவர்களைப் பற்றிச் சொல்ல வேண்டுமென்றால் முத்து  
போல் மூன்று வார்த்தை அமைதி. அமைதி, அமைதி எழுவீதி  
விலாத்திரை, அரட்டையோ தில்லாமல் சுதமம் கண்ணாடிகள்  
என கட்டுரைகளை அவர்கள் படித்தது தமக்கு வேலை சலபமாக  
முடிய உதவியாக இருந்தது.

# இந்தியப் குதும்புக்கு ஒரு ரா-மெய்ன்

இந்த அமைதிதான் அவர்கள் வாழ்வில் வெற்றியைத் தேடித்  
தருகிறது போலும். ஆம் சரோடிவிலிருக்கும் வசந்தா சுதானந்த. ஒரு  
மெட்ரிக்ஸேஷன் பன்னியின் முதல்வராக பதவியிலிருக்கிறார். இதை  
போல் ஆசிரியராக இருக்கும் ரஞ்ஜனி பதமநாபன் தொடர்ந்து முயற்  
சித்து அரசு உத்தியோகத்தில் அமர்ந்துள்ளார்

மணவர்களை: மனது உறுப்பினராக தொண்டாற்றி வரும் சான்ன  
பூணி தான் மனதிறைவுடன் வாழ்த்து வருவதாகச் சொல்கிறார்.  
ஒவ்வொரு தாளும் காணல் - மாலை தனது குடும்பத்தாருடன்  
இணைத்து திபாணம் செய்து வாழ்க்கையை அமைதியாக வாழ்ந்து  
கொண்டிருக்கிறோம் என்ற அவர் சொல்லும் பொழுது இப்படிச்  
சொல்பவர்களைப் பார்க்கிற அரிதாக இருக்கிறதே என நினைத்துக்  
கொண்டோம்.

வாழ்க்கையில் திறைப் போராட்டங்களைச் சந்தித்து வெற்றிகர  
மாக ஏஜென்ஸி ஒன்றை நடத்தி வரும் அனுராதா சாய்க்கிணை  
கடைசி வரை தமது ஆசிரியரிடமிருந்து திறைப் அறிவுரைகளாகக்  
கேட்டுப் பேற்றுக் கொண்டார். பத்திரிகைகளுக்கு துணுக்குகள்.  
கட்டுரைகள் எழுதி வரும் சாமுண்டம்மணி தனது குழந்தைகளை  
ஆதரவில் தவ்ல முறையில் வளர்ப்பதுதான் தனது வாழ்வின்  
வட்சியம் என்றார்.



இவர்கள் ஐந்து பேரும் சத்துலிவாயில் வாழ்க்கையில் எடுத்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள் எனலாம்.

முதல் தான் காலை அமைதியாக படிக்க ஆரம்பித்த வாசக நடுவர்கள் அன்று மாலைமே அனைத்துக் கட்டுரைகளையும் படித்து முடித்து விட்டனர் அதே போல் சேலம் ஈ.ம.க. பள்ளிப் முதலவர் இரு விரமணி நம் கடமே இருந்து வாருக்த என்னென்ன தேவை என்பதை உடனுக்குடன் கேட்டு பூர்த்தி செய்தார் இரண்டாம் தான் சேலம். நேராகப் முகவராகும் தததம் குடும்பத்துடன் கலந்து கொள்ள ஒரு இல்ல திகழ்ச்சி போய் சூழ்நிலை கலகலப்பானது.

மறுநாள் காலை ஆதிநிலைகள் இணைத்து பரிசுக் கட்டுரைகள் பதார்த்தெடுக்கப்பட்டன பரிசுக்காக வாசகிகளை நோவு செய்திருந்த கட்டுரைகள் அலசப்பட்டன.

ஆரம்பத்தில் கலையாக இருந்த கட்டுரைத் தேர்வு போய் போக கடினமாகக் கொண்டே போய்ற்று ஸ்டடியில் தானே கட்டுரைகள் பரிசுக்காகத் தேர்வு செய்யப்பட்டன வந்திருந்த போட்டிக் கட்டுரை களில் பெருமபாலானவை தன்வீரர் பற்றியது ததிகளை நேரிலயை மாகுலபது பற்றியும், கொள்ளையில் தன்வீரர் கடினத்தால் அவதிப் படுவது பற்றியும் சூழ்நிலை தளபி விட்டனர் வாசகிகள்.



• அனாநா



• அம்மாபூரணி



• ராஜ்ஜிவி



• சபுரன் முஸ்லிம்



• கமதா



அதே போல் காஜமீர் தீவிரவாத பிரச்சனை, மற்றும் திறைய சமூகப் பிரச்சனைகளையும் அதற்கான தீர்வுகளையும் எழுதி விருந்தனர். திறைய ஆணை வாகனங்களும் எழுதியிருந்தார்கள்.

பரிசுக் கட்டுரைகளாகத் தேர்ந்தெடுத்த பிறகு சிதிரி தேரம் அரட்டை. பொழுதுபோலதே தெரிவலியை அபபுறம் அவர்களுடையிருந்து பிரிவாலிடை பெற்று ஊர் வந்து சேர்ந்தோம்.

வாசக சகோதர சகோதரிகளின் உதவியுடன் மிக வெற்றிகரமாக நடத்தப்பட்ட இந்த மெகா பரிசுப் போட்டி இந்த இடமோடு திறைய பெறுவிறது. எத்தனை அனுபவப் பரிமாறல்கள்! தடுவர்களைக் கத்தவர்களின் அருமைமான அனுபவங்கள்!! கட்டுரைகள் பிரசுரிக்கப்பட்ட பிறகு வந்த விமரிசனைக் கடிதங்கள்!!! மொத்தத்தில் கல்கலல் மலரின் பாவதரில் மீண்டும் ஓர் அருமைமான திகழ்ச்சி, 'பத்து மாத பத்தம்' என்றுதான் சொல்ல வேண்டும். பத்து மாத பத்தம் அதோடு முடிவதில்லையே, மீண்டும் மீண்டும் வாழ்க்கை முழுவதும் வேறு அனுபவங்களைக் தொடருகிறது அல்லவா! அது போலத்தான் நமது தொடர்புகளும்...

படங்கள் ஸ்டீ கமேஸ்

புத்தம் புதிய

தேங்காய்பால் வேண்டிய திடனில்

தொடியில் தயார்

பலவித உணவுவகைகள்

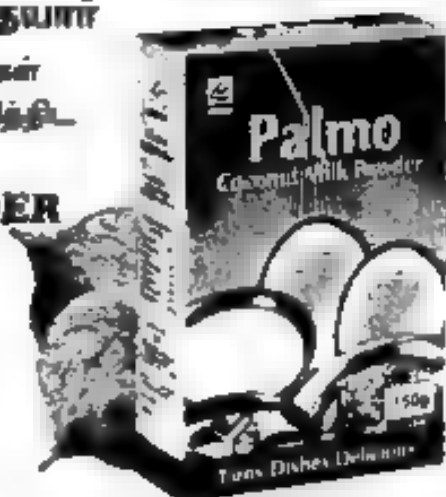
மற்றும் பானங்கள் தயாரித்திட

Palmo

COCONUT MILK POWDER

- ✓ Convenient
- ✓ Economical
- ✓ Hygienic
- ✓ Bio Friendly

For Trade Enquiries :



**Shriram Coconut Products Ltd**

Badagundu - 624 202

Ph : 04543-22234 / 22301

Fax : 22372

Senior Manager (Merchandise)

Chennai - 600 624

Ph : 4881152 / 98419-48152

E-mail : shriramco@red3.vsnl.net.in

☎ Res: 8430076

திருவனந்தபுரம் துறை

☎ Shop: 8281327



**தனலக்ஷ்மி சாரீஸ்**

Exclusive Handloom sarees Manufacturers

அக்டோபர் 1 முதல் 7 வரை 10% சிறப்பு தள்ளுபடி (கேள்விகளுக்கு மின்ன உட்பட.)

தனலக்ஷ்மி சாரீஸ் எப்பொழுதும் குறைந்த விலையில் கைத்தறி சேவைகள் விநியோக செய்கும் திறமையம். செட்டி சரஸ் செவ்விய மதுரை கட்டுவ சேவைகள் (சரஸ் வெகுநேர சேவைகள்; குறைந்த விலையில் கைத்தறி சரஸ் 100' scoured cotton வரங்களை, அகில விலை கொடுத்த "3rd quality" என்று தனி ஒத்திசைவுடன் அகில விலை கொடுத்து வரங்களைத் தோண்டியமை, எல்லாவிடம் தேவையான சரஸ், கட்டுவ சரஸ் 100's, 200's Cotton's சேவைகள் செட்டி சாரீஸ் தரமானதாவும் தியானமான விலையில் 5 yds, 7 yds, 10 yds ஆகிய வகைகள் கைத்தறி. மதுரை உயர்ந்த கைத்தறி சேவைகள், Exclusive cotton, thread work & ஸ்ரீமங்கலம் பாராதிசர் செவ்விய சேவைகள், Bathick work, Hand printed work, Latest screen printed sarees, Mangalagiri Cotton, Mercerized Varsiyar Sarees, Polycot, Bangalore printed Polycot, Bengal cotton, Bengal pure printed silk, Silk cotton, Baluchari silk cotton, Orissa cotton, Orissa Pochampally Exclusive silk cotton (Latest arrivals), Pochampally Design, Benaras Printed Silk, Gujarat printed Gadwal silk, Bathia in Assam Silk, Printed grape sarees (Home wear), Valkalam Cotton, Erode Cotton, Italian grape, Jaipur Ready-made Churidars and materials & Nighties, Fancy செட்டிசர் கட்டை 8 yds (8.80 mts), தவிர்த்து சரஸ், மங்கலம் சரஸ் (8 yds) பொங்கலம் கட்டை, Woven Patola Sarees, (Pure Silk Cotton) சரஸ், எல்லாவித கட்டுவ செட்டி, சேவை வெகுநேர, உயர்ந்த, செட்டி பாராதிசர் materials & Silk Cotton Blouses கைத்தறி மெல்லு Toddy செட்டி (3x5), Jaipur Bedsheets, Patola Silk Cotton, மற்றும் செட்டிசர், வகைகளும் கைத்தறி.

**நெ.1, கோபால கிருஷ்ண ரோடு** (மங்கல பஸ்ஸிலிருந்து டவுன் தயார்

ரோடுக்கு திரும்பியவுடன் இடதுபுறம் இடதுபுற அமை, திசை தெரிந்தால் - 17)

Bus No - 1, 10, 47A, 47D (Power Office Bus stop, Or. Nair road)

இப்பொழுது கோவலில் மதுரை செல்லும் செவ்விய சேவைகள் கட்டுவ மின்ன துறைகளிலும்

25/1-8, Maruthanalam main road. Shop no - 98427 - 24981 (மதுரை High School Bus stop) Res: 8281327.

Vadavalli, Coimbatore - 641941 மதுரை செல்லும் மின்ன செட்டிசர் திறந்த செட்டி.

**Sales Girls Wanted**



இந்தியப் பிரதமர் அவர்களுக்கு. அன்றை உணவுக்கே போராட்டத்தோடு அப்துல் கலாம் மூக்கவும் ஆசைப்படும் ஏழை. கிடைத்து முற்படுத்தப்பட்ட வகுப்பைச் சேர்ந்த -1 மூக்கும் மாணவன் எழுதுவது.

பிற்படுத்தப்பட்ட சமூகச் சேவையாளர்களுக்குப் பல சலுகைகள் கிடைத்திருப்பது சமூக நியாயம். அதே சமயம் முற்படுத்தப்பட்ட வகுப்பைச் சேர்ந்தவர் என்ற காரணத்தினால் மட்டுமே என்னைப் போன்ற பல ஏழை அன்றாடங்காய்ச்சி மாணவர்கள் அரசாங்கத்திடம் இருந்து பல சலுகைகளைப் பெற முடியாமல் தவிக்கிறோம்.

இதுபோன்ற மாணவர்களின் குடும்ப நினைவுகளைக் கொஞ்சம் வெளிக்கே வெண்டும்.

மிகவும் ஒட்டுபவர்கள், ஒட்டல் (அதாவது மென்) தடததுபவம், கைமுறுக்கு விற்பவர், சமைவதுக்குச் செல்பவர்கள் போன்ற வேலைகள் செய்பவருமே கோட்டுக்குக் கீழே வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறோம். அதனால் பல மாணவர்களின் கல்விகளை 10வது உடன தின்று விடுகிறது தயவுசெய்து இந்த மாணவர்களின் கண்ணீரைத் துடைக்க சலுகைகள் கிடைக்க ஆவன செய்ப வேண்டும்.

மேலும் கிராமப் பள்ளிகளில் ஆசிரியர் தட்டுப்பாடு அதிகம். அதனால் பல நள்ளுகை மூக்கும் மாணவர்கள் கூட பட்டம் தடததுத காரணத்தால், டாக்டராக, இன்ஜினியராக வரும் வாய்ப்புள்ள மாணவர்கள் அதிக மதிப்பெண் கொடுக்க முடியாமல், எதற்கும் லாபக்கில்லாதவர்களாக மனம் சிக்குது பல தீய வழிகளில் செல்கிறார்கள். மற்றும் கிராமப் பள்ளிகளில் இருந்து கல்லூரிக்கு வரும் ஒரு மாணவருக்கு சரியான கெளரவம் கிடைப்பதில்லை. அவமானம்தான் மிகச்சமரகிறது.

அதனால் தங்கள் தலைவிரிட்டு உடனடியாக கிராமப் பள்ளிகளில் பணி இடங்களில் உரிய ஆசிரியர்களை நிர்ப்ப ஆவன செய்ய வேண்டும்.

மேலும் கிராமங்களில் பல மாணவர்கள் விளைபாட்டில் அதிக ஆர்வம் உள்ளவர்களும் திறமை உள்ளவர்களும் உள்ளனர். ஆனால் சரியான பயிற்சியும், அவர்களுக்குச் செல்வு செய்யவும் முறையான (கோச்) பயிற்சியாளரும் கிடைக்காமல் பல ஒய்ம்பிச் வீடுகள் இப்படி மண்ணிறஞ்சுள் எவருமகப் புதைத்து உள்ளனர். அதற்கும் தகுந்த ஏற்பாடு செய்யுமாறு கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

அன்பு வணக்கங்களுடன்

- ஆர். தனீசு குமார், வயம்பெரு.



• ஆர். தனீசு குமார்

**மதிப்பிற்குரிய பிரதமருக்கு.**  
வணக்கம் தங்களின் உடய்தினை சீராக இருக்க கட்டவனை பிரார்த்திக்கின்றேன். தங்களுக்கு யோசனை கூற எனக்குத் தெரி இவ்வை என்பது எனக்குத் தெரியும். என்றாலும் என்னுடைய நாட்டின் அமைதிக்காக இந்த யோசனையைக் கூறுகின்றேன்.

இந்த நாட்டின் 'தலையாய' பிரச்சனைகளில் ஒன்று? உங்களுக்கு 'தலையாயமாக'வும் உள்ள பிரச்சனைகளில் ஒன்றான பாபர் மசூதி பிரச்சனையைக் கூறு மசூதி கட்டுவதா? இராமர் கோயில் கட்டுவதா? என்பது பெரும் பிரச்சினை மசூதி கட்டினால் இந்துக்களின் எதிர்ப்பிற்கும் கோயில் கட்டினால் முஸ்லிம்களின் வெறுப்பிற்கும் ஆளாகக்கூடும் மேலும் இதை பிரச்சினை மிஸ்ஸைரூபம் எடுக்கும் இப் பிரச்சனைக்கு என்னதான் தீர்வு?

ஒரு வழி இருக்கின்றது அங்கு ஒரு பள்ளிக்கூடம் கட்டினால் என்ன? இந்தப் பள்ளியில் ஜாதி, மத, இன வேறுபாடின்றி பல குழந்தைகளைச் சேர்த்து படிக்கச் செய்யுங்கள். அங்கு இந்து, முஸ்லிம், கிறிஸ்துவர், சீக்கியர் என்று தெரிவமாட்டார்கள். குழந்தைகள் மட்டுமே தெரிவார்கள் இராமரும்,



அவ்வாலும் மகிழ்வார்கள். அப் பள்ளியில் அன்பே கடவுள் என்று பேசுதிக வேண்டும் வன்முறைகளால் அமைதி காண முடியாது என்று வலியுறுத்த வேண்டும் மேலும் நாம் அனைவரும் பாசத்த தாயின் குழந்தைகள் என்ற உணர்வை நாட்டுப்பற்றை ஏற்படுத்த வேண்டும் அப் பள்ளி இந்தியாவுக்கே ஓர் உதாரணப் பள்ளியாக



• எம். நாளை

இருக்க வேண்டும் அப் பள்ளியிலிருந்து வெளிவரும் மாணவ, மாணவியர் நாட்டின் அமைதிக்காக பாடுபடுபவர்களாக இயட்சிய இந்திய சீரமைக்காக ஜோடிக வேண்டும்

ஒரு புனித இடம் பிரச்சனைக்குரிய இடமாகத்தான் இருக்க வேண்டுமா? ஏன் அந்த இடம் அமைதிப் பூங்காவாக மாறக் கூடாதா?

இந் நாட்டில் நிறந்ததற்காகப் பெருமைப்படுகிற -

- எம். நாளை, சென்னை - 13.



**ஸ்ரீ குமரன் ஸ்டோர்ஸ்**

61, உஸ்மான ரோடு, தி. நகர், சென்னை-17.  
போன்: 4359029, 4342744



# “நான் வாங்கிட்டேன்..”

..சரியான கிரைண்டர்!

நீங்க?

மற்ற கிரைண்டர்களால் உணவு கூடக் கறை முடிவாதென்பதால் சாத்தியமாகிறது அடுத்த கிரைண்டரில் ! மற்ற கிரைண்டரில் பல மணி நேரங்களில் அரைப்பதை பதிலைந்தே நிமிடங்களில் அரைக்கிறது அடுத்த... இன்னும் சிறப்பாக ! எலெஸ்டிக், யுனிக்ஸி சிடோஸ் சிட்டம் என்னும் அதிகவேக வலி மொண்ட ஒரே கிரைண்டர் அடுத்தது மட்டுமே ! இந்த சிறப்பைப் காரணமாய் அரிசி குதலையடிக் அரைப்பதற்காக பலர் மூலம் குளம் மாறாமல் இருக்கிறது.



அதன்மூலம்? இப்போது காரணமாக எங்கேயும் அரைப்பதால் இந்த மாயின் தயாராகும் உணவு கண்களில் விடக்கூடிய அத்துமான கனம் அப்பறமென உங்கள் கைப்பட்டு அழகுமில் பாரட்டு மனது தரும்!

சரியான முடிவெடுக்க இன்னுமென்ன தாமதம் ?

BEST TIME IN INDIA



6 YEARS

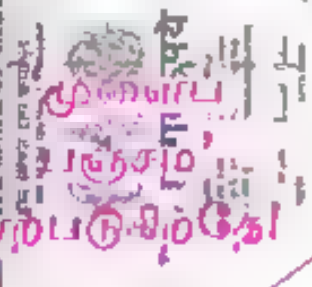
|                 |                                                |                                          |           |                                          |
|-----------------|------------------------------------------------|------------------------------------------|-----------|------------------------------------------|
| 2<br>அதிர்ஷ்டம் | Optional Accessories<br><br>உயர்வான தரமான கனம் | Optional Accessories<br><br>ஆர். பி. பி. | 2<br>கனம் | அமிர்த்தா™<br>உயர்வான பார்ப்பு கிரைண்டர் |
|-----------------|------------------------------------------------|------------------------------------------|-----------|------------------------------------------|

World Record Publishing Inc. 800-888-7700  
Asian Strategic Publishing Inc. 415-751-1111

மூலம் கனம்மாற்றம்

www.ami.com

World, by: Global Engineering Inc. P. Ltd., 204, 205, 206, 207, 208, 209, 210, 211, 212, 213, 214, 215, 216, 217, 218, 219, 220, 221, 222, 223, 224, 225, 226, 227, 228, 229, 230, 231, 232, 233, 234, 235, 236, 237, 238, 239, 240, 241, 242, 243, 244, 245, 246, 247, 248, 249, 250, 251, 252, 253, 254, 255, 256, 257, 258, 259, 260, 261, 262, 263, 264, 265, 266, 267, 268, 269, 270, 271, 272, 273, 274, 275, 276, 277, 278, 279, 280, 281, 282, 283, 284, 285, 286, 287, 288, 289, 290, 291, 292, 293, 294, 295, 296, 297, 298, 299, 300, 301, 302, 303, 304, 305, 306, 307, 308, 309, 310, 311, 312, 313, 314, 315, 316, 317, 318, 319, 320, 321, 322, 323, 324, 325, 326, 327, 328, 329, 330, 331, 332, 333, 334, 335, 336, 337, 338, 339, 340, 341, 342, 343, 344, 345, 346, 347, 348, 349, 350, 351, 352, 353, 354, 355, 356, 357, 358, 359, 360, 361, 362, 363, 364, 365, 366, 367, 368, 369, 370, 371, 372, 373, 374, 375, 376, 377, 378, 379, 380, 381, 382, 383, 384, 385, 386, 387, 388, 389, 390, 391, 392, 393, 394, 395, 396, 397, 398, 399, 400, 401, 402, 403, 404, 405, 406, 407, 408, 409, 410, 411, 412, 413, 414, 415, 416, 417, 418, 419, 420, 421, 422, 423, 424, 425, 426, 427, 428, 429, 430, 431, 432, 433, 434, 435, 436, 437, 438, 439, 440, 441, 442, 443, 444, 445, 446, 447, 448, 449, 450, 451, 452, 453, 454, 455, 456, 457, 458, 459, 460, 461, 462, 463, 464, 465, 466, 467, 468, 469, 470, 471, 472, 473, 474, 475, 476, 477, 478, 479, 480, 481, 482, 483, 484, 485, 486, 487, 488, 489, 490, 491, 492, 493, 494, 495, 496, 497, 498, 499, 500, 501, 502, 503, 504, 505, 506, 507, 508, 509, 510, 511, 512, 513, 514, 515, 516, 517, 518, 519, 520, 521, 522, 523, 524, 525, 526, 527, 528, 529, 530, 531, 532, 533, 534, 535, 536, 537, 538, 539, 540, 541, 542, 543, 544, 545, 546, 547, 548, 549, 550, 551, 552, 553, 554, 555, 556, 557, 558, 559, 560, 561, 562, 563, 564, 565, 566, 567, 568, 569, 570, 571, 572, 573, 574, 575, 576, 577, 578, 579, 580, 581, 582, 583, 584, 585, 586, 587, 588, 589, 590, 591, 592, 593, 594, 595, 596, 597, 598, 599, 600, 601, 602, 603, 604, 605, 606, 607, 608, 609, 610, 611, 612, 613, 614, 615, 616, 617, 618, 619, 620, 621, 622, 623, 624, 625, 626, 627, 628, 629, 630, 631, 632, 633, 634, 635, 636, 637, 638, 639, 640, 641, 642, 643, 644, 645, 646, 647, 648, 649, 650, 651, 652, 653, 654, 655, 656, 657, 658, 659, 660, 661, 662, 663, 664, 665, 666, 667, 668, 669, 670, 671, 672, 673, 674, 675, 676, 677, 678, 679, 680, 681, 682, 683, 684, 685, 686, 687, 688, 689, 690, 691, 692, 693, 694, 695, 696, 697, 698, 699, 700, 701, 702, 703, 704, 705, 706, 707, 708, 709, 710, 711, 712, 713, 714, 715, 716, 717, 718, 719, 720, 721, 722, 723, 724, 725, 726, 727, 728, 729, 730, 731, 732, 733, 734, 735, 736, 737, 738, 739, 740, 741, 742, 743, 744, 745, 746, 747, 748, 749, 750, 751, 752, 753, 754, 755, 756, 757, 758, 759, 760, 761, 762, 763, 764, 765, 766, 767, 768, 769, 770, 771, 772, 773, 774, 775, 776, 777, 778, 779, 780, 781, 782, 783, 784, 785, 786, 787, 788, 789, 790, 791, 792, 793, 794, 795, 796, 797, 798, 799, 800, 801, 802, 803, 804, 805, 806, 807, 808, 809, 810, 811, 812, 813, 814, 815, 816, 817, 818, 819, 820, 821, 822, 823, 824, 825, 826, 827, 828, 829, 830, 831, 832, 833, 834, 835, 836, 837, 838, 839, 840, 841, 842, 843, 844, 845, 846, 847, 848, 849, 850, 851, 852, 853, 854, 855, 856, 857, 858, 859, 860, 861, 862, 863, 864, 865, 866, 867, 868, 869, 870, 871, 872, 873, 874, 875, 876, 877, 878, 879, 880, 881, 882, 883, 884, 885, 886, 887, 888, 889, 890, 891, 892, 893, 894, 895, 896, 897, 898, 899, 900, 901, 902, 903, 904, 905, 906, 907, 908, 909, 910, 911, 912, 913, 914, 915, 916, 917, 918, 919, 920, 921, 922, 923, 924, 925, 926, 927, 928, 929, 930, 931, 932, 933, 934, 935, 936, 937, 938, 939, 940, 941, 942, 943, 944, 945, 946, 947, 948, 949, 950, 951, 952, 953, 954, 955, 956, 957, 958, 959, 960, 961, 962, 963, 964, 965, 966, 967, 968, 969, 970, 971, 972, 973, 974, 975, 976, 977, 978, 979, 980, 981, 982, 983, 984, 985, 986, 987, 988, 989, 990, 991, 992, 993, 994, 995, 996, 997, 998, 999, 1000.



## மாண்புமிகு பிரதமருக்கு.

இந்தியக் குடியரசு எழுதுவது.

இன்றைய சமுதாயத்தில் என்னைக் கற்றி நிற்கும் மிகப் பெரிய அலுவலகத் துறையின் கீழ் கொள்ள விருப்பத்தோடு.

வெளிநாடு செல்வது என்பதே இன்றைய இளைஞர் களின் குறிக்கோளாக உள்ளது. வட்டிக்கணக்கான இளைஞர்கள் வெளிநாடு சென்ற விடுவது நாள்கு நூல் அதிகரித்துக் கொண்டு இருக்கிறது. ஆனால் மட்டுமே அறிவிக்கா போன்ற நாடுகள் சென்ற காலம் மாறி, பெண்களும் கால்களும் என்ஜினியர்களாகவும், மேற்படிப்பிற்கும் செல்வதும் பார்க்கும் போது மனம் வருத்திறது. மிகப் பெரிய 'முனைப்பு' நம் நாட்டில் ஏற்படுகிறது. பல மிகச் சிறந்த புத்திசாலிகள் அங்கேயே நிற்கி விடுகின்றனர் என்பது மிக மிக வருத்தத் தகவல். நம் தொழில் கல்வி முதல் பட்டதாரி வரை செல்லுதல் உருவாக்கியவர்கள் இந்தியாவுக்கு இல்லா மல், வெளிநாட்டார்க்கு உபயோகப்படுகிறார்கள். இது நான் இளைஞர்கள் கட்டும் தனியாக எனச் சிந்திக்க வைக்கிறது.

'தனியாக இந்தியா நம் இளைஞர் கையில' என்பதை வெளிப்படுத்த 'ENCOURAGING OF JUNIOR CITIZEN' என்ற திட்டத்தை உருவாக்கலாம். இந்திய இளைஞர்களை மிகச் சிறந்த முறையில் துறையிலும் ஆர்வத்தோடும் வேலை செய்பவர்களாக மாற வேண்டும். அவர்களை வலுமூட்டி, சிகப்பு நாடாக்களும் பதம்பார்க்காமல் இருக்க வேண்டும்.



• கோ. உமா மகேஸ்வரி

இருக்க வேண்டும். இங்கேயே வேலை பார்க்கும் வகையில் இந்திட்டம் செயல்பட வேண்டும். இதனை நம் இளைஞர்கள் நிச்சயம் ஏற்றுக் கொள்வார்கள். அவர்களின் அறிவுத்திறன் நம் நாட்டுக்கே பயன்படும் என்ற நம்பிக்கை, பெருமை எனக்கு இருக்கிறது.

இளைஞர்களுக்கு நாட்டுப்பற்றும், வேலை வாய்ப்பும், மனதில் 'தன் நாட்டை நனக்கு உதவி' என்ற சிந்தனையும் அப்போது மனமும் அவர்களின் அறிவினால்தேயும் இந்தியா வளர்க்கியில் உவந்தது, உவகில் முதல் இடம் அடைந்து மகிழ்மா நினைத்த இந்தியா வாச நம் நாட்டை உருவாக்குவோம்.

- கோ. உமாமகேஸ்வரி, சென்னை - 5.



**தண்ணி  
தாங்க  
தாத்தா!**



அழைப்பை வரையேய (அதென்ன தாத்தா, உலகமேதும் பேய், பிராகண்ட பேர் வசக்குகாங்க) தாத்தாவுக்கு, துண்டித் தான் துண்டாகுகேன். தீங்க தல்லாக்கிங்களை! தான் பர்ப்புட ஸ்டாண்டிட்டு படிக்கிறேன் துண்டா படிப்பேன். எங்க மம்மிதான் என்னை எப்படி பார்த்தாலும் அடிக்கிறாங்க. ஏன்னா, தான் மண்ணிலே குளிக்கட்டு வந்தேனாம்! குளிக்கத் தண்ணியில்லே! "குடிக்கவே தண்ணி இல்லை, இதுவ குளிக்கத் தண்ணி எங்கடா இருக்குன்னு" கேட்குறாங்க; அடிக்கிறாங்க; திட்டறாங்க.

எங்க ஊரு சென்னையிலே எல்லாரும்த் தண்ணி! தண்ணி-ன்னு அழைக்கறாங்க; எல்லாரும்த் ஆயாவும், பிள்ளைமும்.

"குழாய்ப் பக்கம் போனா உதை விழும" அப்படினா படித்துத்தராம்க. எனக்குத் தண்ணியிலே விண்ணாடுதன்னா ரொம்பப் பிடிக்கும். அதனால் வாழ்வே தாத்தா, எங்களுக்குத் தண்ணி தாங்க.

தேகு மாமா அண்ணைக்கு துப்பாள் பாப்பாக்கெல்லாம் பாணை தத்தாராம். தீங்க தண்ணி தாங்க தாத்தா! எல்லாரும் என்னமோ பேசிக்கிறாங்க காலிரி கண்ணை மூடிக்கிட்டானாம். இருக்கணாலும் டாடா காட்டிட்டாராம். அவங்கன்னாம் யாரு? தண்ணி தரவுங்களை? ஏன் அவங்க எங்களுக்குத் தண்ணி தரமாட்டேன்கிறாங்க? அப்பறம் நானா, எல்லாரும்த் என்ன தாத்தா செவ்வோம்?

பீஸ்! தாத்தா தண்ணி! தண்ணி! எனக்குப் பாவி பூரி வேணாம்! பம்பாய் லாரியிலே தண்ணி! தண்ணி! தாத்தா! தாத்தா! பீஸ்! பீஸ்!

- எம். வேல் விக்கேசு, பி. வைத்தியாணி  
சார்பாக டாக்டர், பவுன் ராதா, காவரக்கூர்.





# இலக்கணம்

பொருள் : தீபாவளி!!!

முதல் பரிசு ரூ. 500/-

ஏப்ரல் 2001

இந்தத் தீபாவளிக்கு பழமாதிரியான உருவத்தில் பழைய (பழைய) ரூபியைப் புகுத்தி விடலாமே என்ற எண்ணத்தில் செய்து பார்த்ததுதான் இந்த "வெடி 2001"



\* வி. பட்டினம்



\* திராவிட



\* வெடி

தேவையான பொருட்கள் -  
விவரம் - 1/4

பெரிய உருவங்கள் -  
2, குறைவு



\* கிருஷ்ணமணி

திராவிட  
ரெய்மிங்ஸ் -  
2 ஸ்டூடென்ட்ஸ்  
சர்க்கார்

தயாரிப்பு -  
திராவிட  
முத்திரை - சிறிதளவு,  
கேசரி அல்லது  
குங்குமப் பூ  
சிறிதளவு.

ஏலப்பொடி -  
பிடித்த எலவையால்  
டால் - 1/4 கிராம்  
வெள்ளி - 1/4 கிராம்  
பேப்பர்கள் - கொஞ்சம்

செய்முறை -  
உருவாளைய வேகவைக்கவும்.  
தோல் உரிக்கவும். நனகு மிதித்து  
வைக்கவும்.

வெடி மாதிரி சிறு துளியில் முட்டை  
போல கட்டி ஆவியில் வேகவிடவும் எடுத்து  
உதிர்த்து வைக்கவும்.

உதிர்த்த மாதிரி உருவம் வரவேண்டும்.  
குறைவானவற்றை மிகவும் சேர்க்கவும்.  
பால் விட்டுப் பிசையவும் தூவ  
முற்றிரிகளையும் சேர்க்கவும்

மாதிரி உருவத்தை வடிவமாக்கி ஆட்டம்  
பாட வடிவிலோ அல்லது முக்கோண வடிவிலோ  
வெடி வடிவிலோ அல்லது வட்ட வடிவிலோ வெடி  
சிறிதளவு வடிவிலோ உருட்டி வைக்கவும்.

டால் - 1/4 கிராம் சாப்பிட்டு வடிவமைத்து  
வைத்தவர்களைப் போட்டுப் பொன்னிலுட்க

# இலக்கணம்

எடுக்கவும். (தீவை நிதானமாக எரிய விடவும்)  
சர்க்கரையில் தண்ணீர் சேர்த்து கம்பிப்  
பாகாகக் காய்ச்சவும் குங்குமப்பூ எசென்ஸ்  
சேர்த்து இறக்கவும். பொறித்து வைத்த வெடி  
வடிவங்களை பாகில் போட்டு உடனே எடுத்து  
தூம்பாளத்தில் பரத்தி வைக்கவும்.

வெள்ளி ரேக் பெப்பர்களை கட் பன்னரி  
ஒவ்வொரு 'பாமி'லும் கற்றி விட வேண்டும்.  
அந்த வெள்ளி ரேக்காலேயே இரி போல  
செய்து கொடுவி விட "வெடி 200" தயாராவி  
விடும் (வெடிப்பதற்குரிய கனவப்பதற்கு)

— தாரா மணிவண்ணன்,  
கோவை.

**இரண்டாம் பரிசு ரூ. 300/-**

**அக்கரவடிசல்**

தலைப்பாவளிக்கு மாய்விண்ண வந்தால்  
தவறாமல் செய்வார்கள் அந்தக் காலத்தில்.

தேவைவரான பொருட்கள் :

பால் - 1 லிட்டர்,  
பச்சரிசி - ½ படி,  
கலம்என்று சர்க்கரை - ½ கிலோ,  
தெய் - ½ கிலோ,  
முந்திரிப் பருப்பு உடைத்தது - ½ கப்,  
ஏலக்காய் - 10,  
பச்சைக் கற்பூரம் - ¼ ஸ்பூன்,  
குங்குமப்பூ - ¼ ஸ்பூன்

செய்முறை :

அரிசியைக் களைத்து வடியவைத்தவுடன்  
துளியில் உலர்த்தவும். கல்கண்டையும்,  
ஏலக்காயையும் மிக்ஸரில் பொடி செய்யவும்.  
முந்திரியை உடைத்து ஒரு ஸ்பூன் தெய் விட்டு  
வறுத்துக் கொள்ளவும்.

வாணலியை அடுப்பில் வைத்துக்  
காய்த்ததும் ஒரு ஸ்பூன் தெய் விட்டு அரிசியை  
கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் போட்டுச் சிவக்கா  
மல் வறுத்து எடுக்கவும். ஒவ்வொரு முறை  
வறுக்கும் போதும் ஒரு ஸ்பூன் தெய் விட்டு  
வறுக்கவும்.

பாலை கஷ்டக்காய்ச்சவும். காய்ச்சிய  
பாலில் கொஞ்சம் தெய் விட்டு, வறுத்த  
அரிசியைப் போட்டு. குக்கரை அடுப்பில்  
வைத்து அடிபிடிக்காமல் மிதமான தீயில்  
வேகவிடவும். அரிசி நன்றாகக் களைந்ததும்,  
கல்கண்டு பொடி (சர்க்கரை) போட்டு நன்கு  
விதறவும். நன்கு விதறியதும் ஏலப்பொடி,  
முந்திரி போட்டு கலக்கவும்.

வெண்ணெய் போல் வெத்ததும் அடுப்பை  
அணைக்கவும். ஒரு ஸ்பூன் பாலில் பச்சை  
கற்பூரம் கரைத்து விடவும். பரிமாறும் போது,  
குங்குமப் பூ தூவி விதறி பரிமாறவும்.

— வி. பட்டம்மாள்,  
சென்னை - 32.

**மூன்றாம் பரிசு ரூ. 200/-**

**வெஜிடபிள் வெள்ளை  
அப்பம்**

தேவைவரான பொருட்கள் :

புழுங்கலரிசி - 100 கிராம்,  
உளுண்டை உளுத்தம் பருப்பு - 150 கிராம்,  
பச்சை மிளகாய் - 5,  
காரட் - 1,  
பீன்ஸ் - 50 கிராம்,  
வெங்காயம் பெரியது - 2,  
சுருவேப்பினை, கொத்துமல்லி, புதினா,  
இஞ்சி - பொடியாக நறுக்கியது,  
உப்பு - தேவைக்கேற்ப,

பள்ளி செல்லும் குழந்தைகள் சக  
மாணவர்களிடமிருந்து அடிக்கடி பேன்  
களை கடன் வாங்கி வருகிறார்களா?  
ஒவ்வொரு முறை தலைக்குக் குளிப்பாட்  
டும் போதும் ஒரு பிடி வேப்பினையை  
தண்ணீரில் போட்டு கொடுக்க வைத்து  
வடிக்கடி தலையில் தடவிய பின்  
குளிக்க வைவுங்கள். பேன்கொல்லி  
மருந்துகள், ஷாம்புகளை விட  
சிக்கனமானது.

— பத்மஜா ராமகோபால்.



The taste of temple city ...



# Eagle<sup>TM</sup>



தீபாவளி  
ஸ்பெஷல்

பஜ்ஜி மிக்ஸ்

குலாப் ஜாமுன்  
மிக்ஸ்

பூண்டு மல்லி  
சட்னி

வத்தல் குழம்பு  
பேஸ்ட்

NEVER COMPROMISE ALWAYS SATISFY

For trade enquires contact:

Manufactured by :

**EAGLE FOOD PRODUCTS**

25, Nethaji Road, MADURAI - 625 001.

Ph: 91-452-742131, 742731 Fax: 91-452-747722

E-mail : mail@eagleagrofood.com

website : www.eagleagrofood.com

Super-stockist :

**Suraj Enterprises,**

No.6, Second Street,

Dr. Thirumurthy Nagar, Mungambakkam,

Chennai - 600 034.

Ph : 8212934

# ப்ளாட் வாங்க பேரேனேன்.



## வசதிகள் நிறைந்த தனி வீடு, ப்ளாட் வாங்கும் விலையிலே.

என்னுடைய பட்ஜெட்டுக்குப் ப்ளாட் தான் கிடைக்கும் என்று எண்ணித் துடித்தேன். ஆனால் ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வுலுவினாம் வசதியான தனிவீடே கிடைத்தது.

ரூ. 600 மில்லியன் ஸ்ரீவத்ஸா துறமத்தின் ஒரு ஒப்பற்ற படைப்புதான் ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வுலு. நகரத்தின் எல்லைக்குள் எழில் மிகுந்த குரலில் அமைந்திருக்கும் ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வுலு என் குடும்பத்திற்கு அமைதியையும் ஆனந்தத்தையும் அளிக்கிறது.

ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வுலு என்பது கனத்தகனம் படைத்த ஒரு கட்டிட வடிவம் சிறப்பு அம்சங்கள்

ரூ. 8.5 லட்சம் விலையில் தொடங்கும் தனி வீடுகள். தூம் குறைந்த பட்ச நில அளவு 60x40 கொண்ட தனி வீடுகள் குறைந்த பட்ச விலையாக ரூ. 8.5 லட்சம் முதல் தொடங்கும் தனி வீடுகள். தனி வீடுகளுக்கு, நீலகல் கொடுக்கும் விலை இது மட்டுமே.



ஸ்ரீவத்ஸா ரியல் எஸ்டேட்ஸ் (பி) லிட்.



# தனியானதோர் வீடு வரங்கி வந்தேன்.



## ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வ்யூ

750 சதுர அடி முதல் வீடுகள் தேர்ந்தெடுக்கலாம்: செலக்ட் செய்ய ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வ்யூவில் 750 சதுர அடி முதல் 2000 சதுர அடி வரையில் உங்கள் மட்டுமே உரிமைக்கு ஏற்ற வகையில் தேர்ந்தெடுத்து வடிவமைக்கப்பட்டது.

எண்ணற்ற அம்சங்கள்: ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வ்யூவில் தனி வீடுகளுக்கு பல வகை வீட்டு அம்சங்கள். இத்தகைய அம்சங்கள் உங்கள் தேவைக்கேற்ப மாற்றியமைக்கும் வசதியுடன் உங்களுக்கு அளிக்கப்படுகின்றன.

நெரிசல் இல்லாத சொர்க்கம்: ■ ஏக்கரில் அமைந்துள்ள ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வ்யூ 140 தனி வீடுகளை மட்டுமே கொண்டது. எனவே உங்கள் வீட்டை சுற்றி திறைய காணியிடம், குறைந்த வீடுகள், அதிக காற்றோட்டம், அதிக வசதி. ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வ்யூ உங்களுக்கே உரித்தான தனி சொர்க்கம்.

மிகச் சிறந்த பாதுகாப்பு: அதிக பாதுகாப்பு கொண்ட அரண்மனை போல ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வ்யூ, கன்கிரீட் மதிற் சுவர் பாதுகாப்பு கொண்டது. ஒரு குழாயில் மட்டுமே கொண்டதால் உங்களுக்கு கிடைப்பது அதிக நிம்மதி.

சலிவாசா இட அமைப்பு: பாலக்காடு சாலைமீல் கோயமுத்தூர் ரயில் நிலையத்திலிருந்து 7 கி.மீ. தூரத்தில் அமைந்துள்ளது ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வ்யூ. மிகச் சிறந்த பள்ளிகள், கல்லூரிகள், மற்றும் வங்கிகள் ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வ்யூவிற்கு அருகில் அமைந்துள்ளது சிறப்பு அம்சம்.

24 மணி நேர குடிநீர் வசதி: ஆம் கிணறுகள் மூலம் ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வ்யூவுக்கு 24 மணி நேர கனவயான குடிநீர் வசதி அளிக்கப்படுகிறது. இனிமையான குழந்தைகளுக்கான குடிநீர் வசதி.

பொழுது போக்கு அம்சங்கள்: தினமும் மாலைகளில், விடுமுறை நாட்களில் இனிதர பொழுதை கழிக்க வசதிகள் கொண்ட மினி க்ளப்பும், குழந்தைகளுக்காக அழகிய பூங்காவும் ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வ்யூவில் அமைக்கப்பட்டவுள்ளன.

ஷாப்பிங் வசதி: ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வ்யூ வளாகத்திலுள்ள மிக விரைவில் ஷாப்பிங் வசதிகள் நிறுவப்பட உள்ளது.

**MR. எம்.கே. அனோசிவேல்** அவர்களால் திட்டமிட்டு ஆணை செயல்பட்டது ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வ்யூ. உங்கள் வீட்டுக்கு ஸ்ரீவத்ஸாவில் பங்களிப்பைப் பெறுங்கள். ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வ்யூவில் வாங்கும் வாய்ப்பு 140 பேருக்கு மட்டுமே கிடைக்கவுள்ளது.

இத்திட்டம் எஸ்.ஜி.சி. ஹவுசிங் ஸ்பான்சர்ஸ், நெல்லை டி.பி.சி. சுந்தரம் ஹோம் ஸ்பான்சர்ஸ் லிமிடெட், எல்.பி.ஐ. ஹவுசிங் ஸ்பான்சர்ஸ், கேள்பிள் ஹோம்ஸ் லிமிடெட், மற்றும் டி.ஓ.சி. ஹவுசிங் ஸ்பான்சர்ஸ் லிமிடெட் ஆகிய நிறுவனங்களில் உள் வசதி பெறுவதற்கு வாகை செயல்பட்டுள்ளது.



Visit us at: [www.sreevatsaonline.com](http://www.sreevatsaonline.com)

**கோவை:** B/2, மேட்டுப்பாளையம் சாலை, கோவை 641 043, இ்தியா. போன்: 91-422-437422, 432184, 432574, 441481, 454817, 432042. போன்: 91-422-430899, கிளம்ஸ்: SRIVATSAGO, Email: Sreevatsa@eth.net / Sreevatsa@cheivari.com  
**கொழும்பு:** 7, எம்.எஸ். பங்க் தெரு, கொழும்பு 600 913, இ்தியா. போன்: 91-44-5953149, 5960270, 5967953, 5985401-05, 5981029-31 போன்: 81-44-5950055, 5985032, 5924587, Email: Sreevatsa@cheivari.com **மும்பை:** திரு. ஜி. ஜி. லதன், பனோட்-எக்ஸிம் (இ்தியா) லிமிடெட், பனோட்-எக்ஸிம் 37, 1 திவாச கமர்சியல் எம்ப்ளெக்ஸ், கிதாஸ், 37 வது என்ஸ், சென்ட்ரல், மும்பை 400 071, இ்தியா. போன்: 91-22-5287241, மெய்க்ஸ்: 91-22-5285718 (அ) 91-22-5579026 (வீடு).

தீயாவளி என்னைகளை உண்டு, சாப்பாடு  
வேண்டாம் போலிருக்கே என்று யாழாவது  
இழுத்தால், ஒரு கப் மிளகு ரசத்தை குடிக்கச்  
சொல்லுங்கள். 'குப்' போல் இதை குடித்த சிறிது  
நேரத்தில் "என்ன இன்னும் இவை போடலையா?"  
என்று கேட்க ஆரம்பித்து விடுவார் மருக்க!

- பேரூர் ஆர். சீதா



பெருங்காயம் - சிறிதளவு.

எண்ணெய் - ½ லிட்டர்.

மிளகு - 10

செய்முறை :

முதலில் புழுங்கலரிசியையும் உளுத்தையும்  
2 மணி நேரம் ஊறவைக்க வேண்டும்.  
புழுங்கலரிசியை வதிகை கெட்டியாக அரைத்  
துக் கொள்ள வேண்டும். உளுத்தை வடைக்கு  
அரைப்பது போல் அரைத்து இரண்டையும்  
கலக்க வேண்டும். இது மாவையில் அரைத்து  
மறுநாள் காவையில் செய்தால் துளிராக  
இருக்கும். சிறிது புளிப்பு இருக்க வேண்டும்.

மறுநாள் மிக்ஸியில் பச்சை மிளகாய், உப்பு  
போட்டு அரைத்து மாவில் கலத்து கொள்ள  
வேண்டும். பிறகு கேரட், பீன்ஸ், வெங்காயம்  
எல்லாவற்றையும் பொடியாக தறுக்கி மாவில்  
கலக்க வேண்டும். தறுக்கிய கருவேப்பிலை,  
கொத்துமல்லி, புதினா, இஞ்சி (புதினா  
பிடிக்காதவர்கள் சேர்க்க வேண்டாம்) எல்லா  
வற்றையும் போட்டு பெருங்காயப் பவுடர்  
சேர்த்து மிளகாய் பொடி செய்து அதில்  
போடவும். வானலையில் எண்ணெய் காய்த்த  
தும், சின்னக் கரண்டியில் மொண்டு எடுத்து  
ஊற்றவும். உருண்டையாக மேலே மிதந்து  
வரும். பொன்னிறமாக ஆனதும் காரமில்லாத  
சட்டியுடன் கொடுத்தால் தூள்.

- ஜெகா மனோஹரன்,  
சுமணலக்கடல்.

**ஆறுதல் பரிசு ரூ. 100/-**

**நட்டி டி. ஹரபால்ஸ்**

தேவையான பொருட்கள் :

வறுத்த வெர்க்கடலை - 350 கிராம்,

வெள்ளை எள் - 100 கிராம்,

முத்திரி - 100 கிராம்,

தேங்காய் (பொரியது) - ஒன்று

பாகு வெல்லம் - 300 கிராம்.

பச்சரிசி - 200 கிராம்,

ஏலக்காய் - 5,

சக்கு - சிறு துண்டு,

நீலவெட்டி ஆயில் - 750 கிராம்,

மஞ்சள் தூள் - ஒரு தேக்கரண்டி,

ஸம்தா மாவு - இரண்டு பேரணக்கரண்டி.

செய்முறை :

வறுத்த வெர்க்கடலையைத் தோல் நீக்கி  
பொடித்துக் கொள்ளவும். வெள்ளை எள்ளை  
வெறும் வானலையில் வறுத்துப் பொடித்துக்  
கொள்ளவும். முத்திரியைப் பொடித்துக் கொள்  
ளவும். தேங்காயைத் துருவி பொன்னிறமாக  
வறுத்துக் கொள்ளவும். வெல்லத்தில் சிறிது தீர்  
ஊற்றி வெட்டிப்பாகாக காய்ச்சிக் கொள்ளவும்.  
ஏலக்காயையும் சக்கையும் பொடித்துக்  
கொள்ளவும்.

மேற்கூறிய எல்லா பொடிகளையும் கலந்து  
சாக்கரைப் பாகை சிறிது சிறிதாக ஊற்றிப்  
பிணைத்து கொள்ளவும்.

பிணைத்த மாவை ஸம்தாவைத் தொட்டுக்  
கொண்டு சிறு சிறு உருண்டைகளாக உருட்டி  
ஸம்தாவில் புரட்டி எடுத்துத் தட்டில் பரவலாக  
வைக்கவும்.

மாவு தனது இறுதி உலர வேண்டும். சில  
மணி நேரம் வெயிலில் வேண்டுமானாலும்  
வைக்கலாம். ஒருநாள் முன்பாகவே உருண்டை  
களை உருட்டி வைத்தால் உருண்டைகள் தனது  
இறுதி இடமாக இருக்கும்.

உருண்டைகளை பொரிப்பதற்கு சில மணி  
நேரங்கள் முன்பாக பச்சரிசியை ஊறவைத்து  
மிக மிதுவாக அரைத்து நீரும் மஞ்சள் தூளும்  
சேர்த்து தேவையான மாவு பதத்திற்கு கரைத்துக்  
கொள்ளவும்.

பரந்த வானலையில் எண்ணெய் ஊற்றிக்  
காய்த்தவுடன் உருட்டி வைத்திருக்கும் உருண்  
டைகளை மூன்று மூன்றாக எடுத்து மாவில்  
தோய்த்து மூன்றையும் சேர்த்து ஒன்றாக  
எண்ணெயில் போடவும். வானலையில்  
அளவிற்ற ஏற்றாற் போல் மூன்று மூன்றாக  
சேர்த்துப் போட்டு இருபுறமும் திருப்பிப்

போட்டு பொண்ணிறமாக வெத்தவுடன் எடுக்கவும்.

இந்த நட்பு டிஸ்பாயல்ஸ் பார்க்க அழகாக இருப்பதோடு கவையானதும் சத்தானதும் கூட இது அதிகம் எண்ணெயை உறிவாததால் எண்ணெயில் பொரிக்கும் மற்ற தீயவை பட்சணய களைப் போல் வயிற்றுக்கு உபாதையையும் ஏற்படுத்தாது. பல நாட்கள் கெடாமலும் இருக்கும் தீயவையி் பட்சணம் இது.

- ரமணி தானுபிண்ணை, சென்னை - 91.

**ஆறுதல் பரிசு ரூ. 100/-**

**இளிப்பு மிகஸர்**

தேவையான பொருட்கள் :

உருளைக்கிழங்கு - ½ கிலோ,

தேய்காய் - ½ மூடி,

வேர்க்கடலை - 100 கிராம்,

முத்திரி - 100 கிராம்,

திராட்சை - 30 கிராம்,

சர்க்கரை - 2 ஆழாக்கு,

உப்புப் பொடி - 1 டேபிள் ஸ்பூன்,

பச்சை மிளகாய் - 8 (அ) 9

கருவேப்பிலை - 4 ஆரக்குதல்,

எண்ணெய் - பொரிக்க.

செய்முறை :

முதலில் சர்க்கரையை மிகஸரில் பொடி செய்து கொள்ளவும் அதனாக முத்திரிப்

பருப்புகளை தீயவாக்கிலேயே இரண்டாக உடைத்துச் சிறிது தெய்வில் பொன் கலராக வறுத்தெடுக்கவும். பச்சை மிளகாயை பொடிப் பொடியாக உட் பண்ணவும். கருவேப்பிலையை உருவி எடுக்கவும். பச்சை மிளகாய், கருவேப்பிலை இரண்டையும் எண்ணெயில் பொரித்தெடுக்கவும்.

தேய்காயைக் கீறி தீயவாக்கில் மெல்லிய துண்டுகளாக (புததை போடுவது போல்) துருக்கவும். எண்ணெயில் தேய்காய் கீத்து, திராட்சை இரண்டையும் வறுத்தெடுக்கவும். உருளைக்கிழங்கை தோல் சலி காரட் துருவியில் மெல்லிய தீய தீயத் துருவலாக துருளிக் கொள்ளவும். வேர்க்கடலையை தோல் நீக்கி சத்தம் செய்து எடுத்து வைக்கவும். துருவிய உருளைக்கிழங்குகளை அடுப்பில் வாணலி வைத்து எண்ணெய் ஊற்றி, காய்த்ததும் சிலக் காமல், பொன் கலரில் பொரித்துக் கொள்ளவும். சிப்ஸ் போல் இருக்கும் மொறு மொறுவென்று.

கடைசி கட்டமாக வாய்க்கற்ற ஒரு பெரிய பாத்திரத்தில் வறுத்த உருளைக்கிழங்கு, சத்தம் செய்த வேர்க்கடலை, வறுத்த தேய்காய், முத்திரி, திராட்சை, பச்சை மிளகாய், கருவேப் பிலை ஆகியவற்றுடன் பொடி செய்த சர்க்கரை, பொடி உப்பு சிறிது சேர்த்து கரமில்லாத கரண்டியால் தனகு கலக்கவும். இந்த ஸ்லீட் மிகஸர் செய்வதும் எளிது. கவையும் அதிகம்.

- கே. எம். கிருஷ்ணவேணி, சும்பகோணம்.

தீயவையின் பொழுது கங்கா சந்தானம் செய்பவம் எண்ணெய் எப்படிச் செய்வ வேண்டும் தெரியுமா? ஒரு கண்ணாடிக் தட்டுக்கண்ணெய் எல்லாரும் குளிக்கும் அளவு எடுத்துக் கொண்டு அதில் மிளகு, சீரகம், சாம்பிராணி (சிறிய கட்டி) மஞ்சள் பொடி (குட்டி எப்பூன்) ஒரே ஒரு மிளகாய் வற்றல் 5 சாயலங்களைவற்ற போட்டுப் பொரித்து அப்படியே நிறக்கி வைத்து விட வேண்டும். அந்த எண்ணெயை விடிவந்தானை தேய்த்துக் குளிக்க வேண்டும். விடிவந்தானை குளிப்பதால் ஒவ்வொன்றும் ஒவ்வொரு விதத்தில் பயன்படுகிறது. என் பட்டி வைத்தியம் தீது.



- சங்கநாயகி சங்கராஜன்.

தேன்

"ஹோ, என் அழகிய தண்டனே, என் பொய் தோல் எனக்கு வலது என்பதற்கு நான் உடம்பளக்க கட்டிப் பிடிக்கலாமா?"

சிரித்துக் கொண்டே நான் சட்டிடுக்க, அப்பப்பா ஒரு பயங்கர தக்கல், இறகத் துழை நான் சட்டேன், "இந்தச் சின்னலு சிறு பச்சிளம் வயதில் நீ எதற்குக் கட்டுறியில் சோதிடுக்கிறாய்?"

கொடலாக அவனும் பதிலளித்தான். "நான் இறகு வந்ததே ஒரு நல்ல பணக்காரப் பாவனாகப் பார்த்துக் கையாளும் கொத்து கொண்டு குழந்தைகள் பெற்றுக் கொண்டு,

# வயித்து முத்துக்கள்

அன்று நான் கயிறுமீள் அடிபெடுத்து வலத முதல நான எங்கள் புரோபலர், தள்ளை அதிமுகடி செய்து கொண்டு, நாய்கள் அணவனாகும் அதிமுகடி செய்து கொள்ள வேண்டிய முக்கியமான ஒரு புது நபரைக் கண்டனவன். எங்களுக்குத் கட்டிடுவாரா எடுத்த பார்ப்பதற்குள் என் தோளின் மீது ஒரு மிட்டு வான என இரும்பினால் தோல் கடுப்பிய. தூண்ட வான் உருவத்தை ஒரு மந்திரடி முகம் என எனனைப் பார்த்துச் சிரித்துக் கொண்டிருந்தான் அவனது முகமலர்ச்சி அவனுது உடல் முழுவதிலும் விவாதித்து இருந்தது போல உவந்த

பின் ரிடைவா அடுப் பிறகு உலகம் முழுவதும் உறுவதற்காகத்தான்"

"மீண்டக் இருக்கட்டும். நிஜமாகச் சொல்"

இந்த வயதில் எது அவனது இத்தனைய பாதனைக்குத் துண்டியிருக்கும்? எனக்கு அதித்து கொள்ள ஆவல.

"எவது வாற்களையில் வட்டியக் கனவே, கயிறுமீளில் சோத்து வட்டம் வாய்லவது உலக அது இப்பொழுதுதான் எனக்குக் கொட்டியிருக்கிறது."

அன்று வகுப்பு முடிந்ததும் நாய்கள இருவரும் மாணவா டூனியன் விடுதிக்குச் சென்று ஒரு சாக்கேட் மில்க் ஷேக் வாங்கிக் கூடித்தோய அன்று முதல எங்கு இருப்பது தொடர்ச்சி அடுத்த ஷேக் மாதிரம் ஒவ்வொரு நாளும் வகுப்பு முடிந்ததும் தாய்கள் இதனும் ஒன்றாகக் கொண்டு வந்தனாம் மாணிக்கமாக அட்டைமடிப் பிளப் அவனுது பிச்சில் தான் கிறங்கித்தான் போனேன். எவ்வளவு அனுபவங்கள், எதனுமேன் விடுவது? - "கால யந்திரம்"



என்று அவ்வளவு தோஷமாக யிடுகவாது

முதல ஆண்டு முடிவதற்குள் தோஷ அந்தக் கல்லூரி வளாகத்திற்கே ஒரு அடைவானச் சின்னமாகி விட்டான். பராக்ரெவர்கள், பழகுபவர்கள் எல்லாருக்குமே அவன் ஒரு இளிய தோழி. நவநாக உடையுடுத்துவான். சக மாணவர்கள் தங்களுக்கு அளித்த முக்கியத்துவம் குறித்து அவருக்கு ஏகப்பட்ட பெருமை.

செமண்டா முடிவப் போதும் துருணை எங்கள் காலப்பறு போட்டி விழா விடுத்துத் துவங்கக் கேளரவ விருந்தாவிவாக அகழ்த்து. பேசவும் ஏறபாடு செத்திருந்த தோம். அவர் அவன் எங்களுக்குக் கொடுத்த அறிவுரைமைய தான் என வாழ்தான் முழுதும மறக்க மாட்டேன்.

மேளபேறிப் பேச ஆரம்பித்தவருக்கு முதலில் எக் காவலன் உதவல், முன்னதாக தயார் செய்து கொண்டு வந்திருந்த உரை கைநுழைக்கீ கீழே விழ குளித்து எடுக்க முயற்சி புண்ணாமல் சமாளித்துக் கொண்டு தேரடிவாகப் பேச ஆரம்பித்தான்.

“என்னென் மன்னியுங்கள், எனக்குப்

“வயதானது 407 நாள்

தான் தாம விமளிவாடு வதை திறத்துவதிலென் விவவாடுவதை திறத்துவதால் தமக்கு வயதாவிறது தங்கள் எப்போதும் இன்மைவாக, ஆவநதமாக, வெற்றிகரமாக வாழ்வதற்கு உன் தாக்கு ரகசியங்களை தான் உலகத்துக்குச் சொல்

# வயதால் முதாச்சியா?

பேசுவதற்கு ஏதே தடுவாதறமாயிருக்கிறது இந்த சென்ட் விருத்திற்காகப் பரகுப்பதை வேறு விட்டு விட்டேன் விளகியேயா கொஞ்சம்கூட ஒதுக்க கொள்ள மாட்டேனென்கிறது எனவே எழுதி வைத்ததைப் படிக்க முடியும் என்று எனக்குத் தோன்றவில்லை. ஏதோ தெரிந்ததைப் பேசுகிறேன்.”

நாவகன் அவனவரும் சிந்தித்து ஆரவாரம் செய்து அவனை உற்சாகப்படுத்தினோம்.

தொண்டைவைச் சார்செய்து கொண்டு அவன் பேசத் தொடங்கினான்.

வப் போகிறேன்.

ஒன்று, தீங்கன் திணைபச் சிங்கிக் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும். சின்னச் சின்ன விஷயங் களில் கூட இருக்கும் குறும்மை ரசிக்கக் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும்.

இரண்டு, உங்களுக்குள் எப்போதும் ஒரு ணைவு இருந்து கொண்டே இருக்க வேண்டும். உங்கள் கணவுகள் எப்பொழுது கணவியின் றையோ அப்பொழுதே தீங்கன் பிணைமலி விடுகிறீர்கள். உங்களைச் சுற்றிலும், தாங்கன் பிணைமாக இருப்பதையே அறிவாத எத் தனையோ பேர், வணைய வந்து கொண்டி டிருக்கிறார்கள்.

மூன்று, வயது முதிர்வதற்கும், வயதால் முதிர்வதற்கும் இடையே எத்தனையோ வித்தியாசங்கள் உள்ளன. உதாரணமாக இன்று உனக்கு பத்தொன்பது வயதாகிறது என்று வைத்துக் கொள்வோம். ஒரு வருடம் முழுவதும் நீ உருப்படியாக ஒன்றுமே செய் யாமல் வெறுமனே படுக்கையில் புரண்டு கொண்டிருந்தாலும் கூட உனக்கு அடுத்த வருடம் 20 வயது தானே வந்து விடும். இப்பொழுது எனக்கு 87 வயதாகிறது. தானும் ஒரு வருடம் முழுதும் வெட்டியப் பொழுது போக்கிக் கொண்டிருந்தாலும், எனக்கும் 88வது வயது தன்விச்சைசாக வந்து விடும். ஏனென்றால் வயது முதிர்வது/வளர்வது என்பது தானாக நடப்பது; எல்லோருக்கும் முடிந்த செயல். அதற்கென்று தனிப்பட்ட ஆற்றலோ, முயற்சியோ தேவையில்லை. ஆயின், வயதால் முதிர்ந்து/வளர்வது என்பது, வாழ்க்கையில் எதிர்ப்படும் மாற்றங் களை, சந்தர்ப்பங்களாக மாற்றிக் கொண்டு முன்னேறி, எதிர்த்தீச்சல் போடுவதாகும்.

நான்கு, தீங்கன் ஒரு காரியத்தை செய்து முடித்த பின், அதைக் குறித்து எக்காரணத் திற்காகவும் வருத்தப்படக் கூடாது. உதாரண மாக தம் பெரியவர்கள், நாம் செய்து முடித்த காரியங்களை விட, செய்வாமல் விட்ட காரியங்களுக்காகத்தான் மிகவும் வருத்தப்படுவார்கள். வருத்தப்படுபவன்தான் வாழ்க்கையில் மரணத்தைக் காண்டு அஞ்சுகிறான்."

உரையை முடித்துக் கொண்டு கனீ ரென்ற குரலில் "தி ரோஸ்" என்னும் பாடலை அவன் பாடினான். எங்கள் ஒவ் வொருவரையும் திணை கவிதைகள் படிக்கும் படியும், படித்தது போல் வாழ்க்கையைக் கவிதையாக வாழும்படியும் அறிவுறுத்தி னான்.

ஆண்டு முடித்தது. எதற்காக வருடக் கணக்கில் காத்திருத்தானோ, அந்தப் பட்ட தாரி பட்டத்தையும் பெற்றான். அதற்கு ஒரு வாரம் கூறித்து ரோஸ் இறந்து போனான் - அமைதியாகத் தூக்கத்தில் இரண்டாயிரம் மாணவர்கள் தங்கள் அற்புதமான வழி காட்டியின் இறுதி ஊர்வலத்தில் கலந்து கொண்டனர்.

அவசிடமிருந்து அவர்கள் கற்றுக் கொண்டது "தீ விரும்புவதை அடைவதற்குக் கால வரம்பே இடையாது. திணையில் எவத் துக் கெரன். வயது முதிர்வது என்பது காலத்தின் கட்டாயம். வயதால் முதிர்வது என்பது அவரவர்கள் விருப்பம்."

- படித்து மறக்க முடியாமல் போன

கட்டுரையின் தமிழாக்கம்

— கமித்ரா கல்யாணராமன்

## அடை!

சென்ற இதழில் ஒரு சகோதரி சேப்பங்கிறங்கில் முனை வந்தால், தொடட்டியில் போட்டு குரோட் டன்ஸ் செடி போல் வளர்க்கலாடுவென்று எழுதி யிருந்தார்.. அதன் இலையை எடுத்து அதில் அடைக்கு அரைத்த மாவை தட்டி, சுருட்டி ருக்கரில் ஒரு இட்லி தட்டில் 4 அல்லது 5 சுருள் வைத்து வேகவைத்து ஆறியபின் சுருளாகவே சிறு - சிறு துண்டுகளாக வெட்டி, கடாயில் சிறிது எண்ணெய் விட்டு கடுகு தாளித்துத் துண்டுகளை சிரட்டி எடுத்துச் சாப்பிட நன்றாக இலுக்கும். அடை மரையில் காரம் இருப்பதால் தொடட்டுக் கொள்ள எதுவும் வேண்டாம்.

- சாரதா கண்ணன்



நீங்கள் விரும்பும் கார் அல்லது உங்கள் இல்லத்தின் தேவை  
உங்களுக்குச் சொந்தமாகும் சக்தி இப்போது உங்கள் கையில்.



எளிய விதிமுறைகள் ! உடனடி அங்கீகாரம் !

# Shakti

கார் மற்றும் வீட்டு உபயோகப் பொருட்களுக்கான கடன் வாதி திட்டம்

உங்களுடைய வாங்குதல் தேவையான இடைய வரிகளுக்காக, பாரத் ஓவரீஸ் வங்கி வசூல்கிறது.

**சக்தி கார் கடன் திட்டம்**

- ▶ பணிவாராக, ஸெ டிரைவிங் பரிபாக, மற்றும் வந்தவர்களுக்காக கட்டுமேவான சிறப்பு திட்டம்.
- ▶ புதிய கார்களுக்காக எளிய நிதித்திட்டம் மேலும் சொந்தமாக உன் வாகன மீதும் கடன் வரக்கூட.
- ▶ ஆகைய ஒரு வருடத்திற்குள்ளாக திரைத்தல் வேண்டும்.
- ▶ 48 வரதங்கள் வரை திரைப்பியல்கெதும் ஸெப தவணைத் திட்டம்.

**சக்தி வீட்டு உபயோகப் பொருட்கள் மற்றும் இலாக்கரவாகனங்களுக்கான கடன் வாதி**

- ▶ அங்கீகரிக்கப்பட்ட திறவகப் பணிவாரங்களுக்கான குறைக் கடன் திட்டம்.
- ▶ வீட்டு உபயோகப் பொருட்கள் மற்றும் இலாக்கர வாகனங்களுக்கான கடன் திட்டம்
- ▶ 36 வரதங்கள் வரை சொந்ததும் ஸெப தவணைத் திட்டம்.

எளிய விதிமுறைகள், உடனடி அங்கீகாரம், குறைந்த வட்டி விகிதம்  
உங்களுடைய அலுவலகமையில் உன் வினாையை உடனடியாக அனுசுவும்.

விதிமுறைப்படி

FORUM CH



## Bharat Overseas Bank Ltd.

A bank owned by 7 banks.

H.O: Habesh Towers, 196 (Old No. 75B) Anna Salai, Chennai 600 002, Tel: 852 2983, 8520748.  
Fax: (91)-(044)- 8584615, Telex: 041-7493 BOB-IN E-mail: bob@md3.vsnl.net.in

We'll be with you, right through

இ-கிணக்குமுத்தி  
தனமவ

**பெகவான் ஸ்ரீ சத்ய**  
சாய் பாபாவல்டம் ஓர்  
அரிய அறபுதம் அவர்  
கொவிலும் தரிசனம்  
தருவார். நமமுடைய  
பெகவார், உபதேசிப்  
பார். ஆசீர்வதிப்பார்  
என வ. சகலவகையால்  
பக்தர் கருகிறார். அவர்  
கொவில்களில் மூலபீடி  
தொடர்ந்து கொள்வதார்  
ஒருகிலுக்கு அம்பி. ப  
பெருமில் பேச வாய்ப்பு  
கிடைக்கும். அதுவும்  
அவர் சங்கல்பமே  
ஆனால் ஏற்பித் தனிக்  
கூட சங்கல்பங்கள் என்  
றுமே நம் ஸ்வாமி கை  
விட்டது கிடைப்பது

"என் சங்கல்பம்  
இல்லாமல் நீங்கள் என்  
னாக கவளில் காண முடியாது நான் கவலில்  
உங்களிடம் பேசுவது உபதேசிப்பது, எல்லாம்  
நிஜமே" என்பார் ஸ்வாமி

சில வருடங்களுக்கு முன்பிருந்துதான்  
நாங்கள் பாபாவை ஸ்வாமியாக வழிபடத்  
துவங்கினோம் நான் ஒரு ஒவியம் வரைபவன்  
அதிலும் கடவுளா படங்களை வரைவதில்  
ஈடுபாடு கொண்டவர் என ஈடுபாட்டை  
கையாண்டே பல்வேறு சமயங்களில் எனக்குப்  
பாடம் கற்பித்திருக்கிறார் ஸ்வாமி.

கொள்ள கொல் தவறாமல் நடப்பது  
ஸ்வாமிக்கு மிக முக்கியம் உறுதியான மனது  
டன இறைவழிபாட்டில் ஈடுபட வேண்டும  
இவர்களை ஓர் அழகிய கவலில் மூலம்  
எனக்கு போதித்தார் பாபா

ஒரு சமயம் குழுவாய் ஒரு ஸ்வாமிகளுக்கு  
அளி வெளியிட. இரத்த 'ஆறுதலம்' பற்றிப்  
பாபாக்கு முருகலில் என் ஈடு பதப்படுவ



ஒவியங்களாக வடிக்கும்  
முயற்சியில் இதுவர  
வீருத்தேன் பிற்பாடு  
என்னுடைய வேலை  
பாதிக்கிறேன் தடை  
பட. து வேறு விஷயம்.  
சில குழுவ்களில் ஈடுபாடு  
பட்ட முருகலின் ஆயு  
தங்களில் ஒன்றான  
'வறும' என்பதை என்  
படி வளர்ப்ப வேண்டும  
என்று எனக்குத் தெரிய  
வில்லை. ஸ்வாமிகளின்  
மகன், வறும' எப்படி.  
இருக்க வேண்டும  
என்று வரைந்து காட்டி  
னார்

முன்னு உயர்வானது  
கமன் ஒன்றின் மேல்  
ஒன்றாக நிற்கவாழ்த்து  
போல். அது இரங்குது.

பிற்பாடு அப்போது திணைவு பெறாததால்,  
வறுமத்தை பற்றி தான் மறந்தேன் வீட்டேன்

பாபாவை வழிபட, ஆரம்பித்ததும் எங்கள்  
வீட்டில் தருவார் பஜனை துவக்கினோம்.  
பஜனையில் முடிவில் அன்று ஸ்வாமிகளாக  
புதிதாக மாலை. ஒத்தேறும எதெதெத்யம் கமர்  
கெளரவ வறுமையும அறம்புமான்து அப்பிபாது  
என மனத்தில் தோன்றியதால், நான் ஒரு  
வந்தனாத ஏறபதாக உறுதியுண்டேன். அதா  
வது, ஒவ்வொரு விவாழ்க்கிறுளம் இரவு சாய்  
பாட்டிதது அன்று மாலை பஜனையில் முடி  
வில் ஸ்வாமிக் கொடுத்த நினைதலம் எதிவேள்,  
அனதபே. அனத மட்டுமே உள்பது என்ற  
வந்தம் ஒது விவாழ்வு மாலை அமராவிகளால்  
ஒதும் துமாரிகை முடிவிலிவகை அன்று பஜனை  
முடிவில் ஸ்வாமியைக் குரண்டே இரண்டு  
மாலைப்பறங்களை அளிக்கப்பட்டது அமர்  
எனலிடம் "சாய்மிடமம் இருக்கக் கூடாது"

**கவியின்  
தோஷம்**





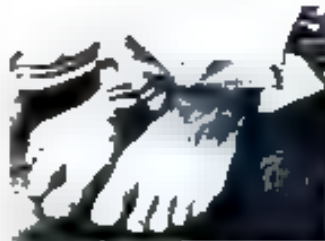
என்று கூறி, கிதிது  
தமிழ்நாடும் சாப்பிடச்  
சொன்னார். ஏபிதெ  
ஒரு பல்விளத்திலு, ஒப்  
புக் கொண்டு சாப்  
பிட்டு விட்டேன்.

விடுவாரா நம்  
ஸ்வாமி? அவர்தான்  
நம்முடைய ஒவ்வொரு  
செயலையும் 'கவனத்  
தீப் பாய்பு போல்' கவ  
னிக்கிறாரே? அன்  
திரேய எவ் கவனில்  
வந்தார்.

நான் படித்த கல்  
லூரி யோசன தோற்ற  
மளிக்கும் இடம்.  
பாடம் கற்கக்க ஆர்  
வனா வந்திருக்கிறார்!  
நான் ஒரு பாசகம் நில்  
நிருக்க, கடுமைமயான  
முகபர வந்தது உல  
பாரா என்னவது  
தான்டி. இங்துமங்கும்  
பெல்கிறார். அவா என்  
னைக் கவன்கொள்  
வாதுதான் மனமா நுவுள்  
கிற்றன் திரென்று  
ஒருவர் வந்து, "ஸ்வாமி  
கப்பிடுகிறார்" எனத்  
தும், ஆவலாக எதிரில்  
இருந்த கிறு கட்டித்  
திற்தன் அழைகிறேன்  
அங்கு, மரையில் பக்கம்  
பார்த்தபடி, மலையி  
தளையில் அமர்த்திகுக்  
கிறார். என்னை  
கிரிந்து பார்க்கா  
மலையே கைகளையால்  
"உடலார்" என்று கை



கருங்கொடி



"மனிதர்களே இல்லாத ஒரு பெரிய திரைப்படத்தில் கந்தை கந்தையாக ரூபாய் தேட்டுகளும், தங்கக் கட்டிகளும், தவணைக் களும், ம.பி. போன்ற பல பொழுதுபோக்கு வசதிகளையும், விதிவிலாச ஆடைகளும் மகாலயைக் குவித்து சிப்பந்திக ஏற்பாடு செய்யுங்கள். மனிதர்களே இல்லாத போது நீப் பொருட்களின் மதிப்பு என்ன? ஒன்றுமில்லை.

ஆனால் இந்த இடத்தில் மனிதர்களைக் கொண்டு வரும் கள். அப்போது? மேலே கண்ட பொருட்களின் மதிப்பு உயர்ந்து விடுகிறது. ஆகவே பொருட்களுக்கு மதிப்பு வரும்படி மனிதர்களால்தான். ஆனால் இன்றே மனிதர்களை மதிப்பிடுவது அவர்களிடம் இருக்கும் பொருட்களைப் பொறுத்து இருக்கிறது. இப்படி மதிப்பீடுகள் தகவலாக மாறி விட்டதே மனித சமுதாயத்தின் இன்றைய அவலங்களுக்கும் காரணம்."

— புகழன் பப்பா;

கைப்பு. அவர் எதிரில் தளரவில் ஒரு நுனி இளை. அதில் இருந்ததை பார்த்ததும் எனக்குப் பெரிய அதிர்ச்சி. அந்த இளைபில் வெறும் தவிர சாதத்தைத் தவிர வேறு எதுவுமே இல்லை! நான் உட்கார்ந்தவுடன் என்னிடம் ஒரு காகிதம், போரா கொடுத்து, (வாஸ்யத் திரக் காமவே), இப்படி, அப்படி, வரைய வேண்டும் என்று கைகையால் காண்பிக்கிறார் வாயி வீருத்து ஒரு வார்த்தை இல்லை, எவ்வளவு பாரக்கவும் இல்லை, முகத்தை 'உம்'மென்று வைத்துக் கொண்டு, அவர் கைகைகளையும், அந்த கைகைகளைப் பார்த்துப் பார்த்து நான் வரையத்து ஒரு 'வத்திரம்'!

உடனே விழித்துக் கொண்டு விட்டேன் 'வத்திரத்தை' வரைய வைத்து என்னை 'வத்திரம்' போல் உறுதி உள்ளம் தோல்' என்பதை உரை வைத்து விட்டார் ஏதோ பலவீனத்தில், சொன்ன சொல் தவறி விரைந்ததைக் கவனித் தது அவருக்குப் பிடிக்கவில்லை.

பாடத்தை ஏற்றேன் அன்றிலிருந்து பிசா மல் நடந்து கொண்டேன். நாங்கள் அளித்ததை நான் ஏற்றுக் கொண்டதாகக் காண்பிக்கவும், எனக்கு ஊக்கமளிக்கவும், சில மாதங்கள் கழித்து இன்னொரு விபரம்கிழமை இருவு களையில் வத்திரம் அன்று வரவேத்தியமாக தயாரிக்கப்பட்ட 'சாம்பார் சாதத்தை' ஒரு டிபன் பாகனில் வைத்திருக்கிறேன் "இன்று உணக்கும் எனக்கும் இதுதான்" என்று டிபன் பாகனைக் கட்டிக்காட்டினார் கவாமி உணைம் பூரித்தேன். கவாமி ஏற்ற உணவையே நாம் உண்பதில் தன்மை நமக்கு.

சாப்பாட்டு விஷயத்தில் பாபா ரொம்ப கண்டிப்பு. "மணக்கினர்ச்சினைப் தூண்டும் பதார்த்தங்களை அதவே தவிர்த்து விடுங்கள் அதிகமான காரமும புளிப்பும் கூடாது. கூடுத லான பானை விட மோரே சாலச்சிறந்தது" எனவிறார் கவாமி எப்போதும்.

கவாமிவின் ஆங்கிலம், ஆங்கிலேயனையும் மயக்கும். உண்மையில் கடவுளுக்குத் தெரியா தது என்று ஏதேனும் உண்டோ? என் ஏதே

தவளை காயதரி ஆங்கில இலக்கியத்தில் எம்.பி.ல் முடித்தவன். அவனுடைய ஆங் லிலத்தைச் சொதித்து ஒரு சமயம் வேடிக்கை பார்த்தார் ஒரு கணவிய் அவளைப் பார்த்துச் சிரித்து, வேறு கவரிடம் கட்டிக்காட்டி, 'இவன் ஒரு ஏர்க்ராப்ட் இன் ௩ தண்டர்ஸ்டார்ம்' என் றாராம் விழித்திருக்கிறான் காயதரி (கனவு புரி யாமலும்தான்!) பிறகு மிக தீண்ட யோசனைக்குப் பின்னே புரிந்தது எனதையும் கட் டென்று தீர்மானம் செய்ய முடியாமல், குழம்பி, மன அஸைச்சப்பும் தன்மை அவனுடையது அவனுடைய மன இயல்பை 'புயலில் அடப் படட விமானம் போல்' என்று மிக அழகாக விளக்கி விட்டார்.

பாபா தன பக்தர்களுடன் கொள்ளும் தொடர்பு கண்ணுக்குத் தெரியாது. அவரை நன்கையாக, நாயாக, குழந்தையாக, குருவாக உருவகப்படுத்தி ஆராதனை செய்தால், மிக விளரவில், அந் விளரவில் நம் பக்கம் ஓடி வருவார் கவாமி பகவதாராதனையில் ப்ரீர மையே முக்கியம் ஆழ்ந்த அன்பிற்கு எல்லை கிடையாது கோட்பாடுகளும் கிடையாது. ஆரம்ப நாட்களில் நான் பாபானை என் உயிரி றும் மேலான 'பொம்மை' போல கருதினேன் போதும்! சிறு குழந்தை தனக்கு மிகவும் பிடிந்த பொம்மைவிடம் பேசும், விளையாடும், கொஞ்சும், சண்டை போடும். நான் கவாமி லின் பேசில் கொண்ட, அந் அன்பில் சில சமயங்களில்,

"பக்திக்குச் சென்று பாபானை குண்டு கட்டாக சாக்குப்பையில் போட்டுத் தூக்கி வந்து விடப் போகிறேன்" என்று வினை பாட்டாகக் கூறுவேன். அப்பொதெல்லாம் காயதரி, "நரி, சேவல் கதை தெரியுமா? அது போல் பாபா, என்னை விட்டு காணாமல் போய் விடுவார்," என்று கேசியாகக் கூற. இருவரும் சிரிப்போம்.

வென்னம் போல் பாய்ந்த அன்பை, மனக் கட்டி நிதானமாகவினார் கருணைக் கடவுள், ஒரு கணவிய் பெண்ணாக வத்திரம். பாபா

கறுவார், "ஆண்களுக்கு மத்தியில் தான் ஆணாக இருக்கிறேன். பெண்களுக்கு மத்தியில் நான் ஒரு பெண்ணாக இருக்கிறேன். குழந்தைகளுக்கு மத்தியில் தான் ஒரு குழந்தை" அவர் கணவுகளில் பல்வேறு உருவிலும் வருவார். ஆனால் கணவு காண்பவருக்கு அது தீச்சயம் பாபாதான என்று தெரியும்.

என் கணவில் பெண்ணாக வந்தவர், சட்டென்று சிறுமியாக மாறினார். என் அருகில் தோழி போல் நின்றிருந்த ஒரு பெண், அசு சிறுமியான பாபா அருகில் வரும் போது, சட்டென்று அவரைப் பிடித்து ஒரு சத்தனத்தால் ஆன பெட்டிகில் போட்டு மூடி விடுகிறான்! பெட்டியோ! அளதவிட வினோதம் ஒரு சிறிய அழகிய கையடக்கமான சத்தனப்பேரை! என்னை வேடிக்கையான கணவு! ஆனால் பொருள் பொதிந்தது. மேலும் அதை விட வேடிக்கை கேள்யங்கள்! அசு சிறுமியான பாபா, பெட்டிக்குள் இருந்து கத்துகிறான் -

"ஐயோ என்னை என் பிடித்து மூடி விட்டாய்! ஐயோ அம்மா"

ஒரே கூச்சல்! தீச்சென்ற அக் குரலால் கலரப்பட்ட யாராவது பார்த்தால் என்ன நினைப்பார்கள்? என தோழியோ, முகத்தில் ஏற்றும் சலனமேயில்லாமல் கையில் அப்பேரைப் பட்டி திறகிறான். எனக்கோ கலவரம் ஒருபுறம், அதற்கு டாடாக அவலினோடு நிலையால் சிரிப்பு வேறு இன்றும் கூட உச்சையிலில் வேண்டுமென்றே 'நீச் நீச்'சென்று கத்திய, பயம் சிறிதும் இல்லாத, அக்குரலை நினைத்தால் சிரிப்பு வருகிறது! பயப்படாது தானதான தோழியிடம்.

"ஐயோ பாவம், வேண்டாம் விட்டு விடு. விட்டு விடு" என்று கெளுக்கிறேன் கணவிலிருந்து விழித்தெழுந்தேன் "முட்டை கூடி பிடித்து வருவேன்" என்று கூறிக் கொண்டிருந்த என்னையே, "விட்டு விடு" என்றும் கூற வைத்த வரை என்னைப்பது! என புயத்தோடும் அப்பு ஆரவாரத்தோடு பாய்ந்தது. இப்போது அமைதி பெற்றது. அக் கணவிற்குப் பிறகு என்னையும் அறியாமலேயே அவரை 'குண்டு கட்டாக தூக்கி வருவது' பற்றி தான் மறந்து விட்டேன். இதை பல மாதங்கள் சொந்த பிரிகை உணர்ந்தேன்.

கணவிலே வந்து உடல் உபாதைகளை தீக்கும் தயாதிதி, நம் ஸ்வாமி. நம் துன்பத்தை தாமே ஏற்றுக் கொள்வார். ஒருமுறை என் அம்மாவிற்கு இடது உண்கையில் அரிப்பு ஏற்பட்டு, தடித்து விட்டது. சிகம்பாசி விட்ட சருமத்திற்கு, எந்த மருததும் உபயோகப் படவில்லை. ஸ்வாமிபுனடல் விழிநிலையிலே பூசி வந்தோம். என கணவில் வந்தார் காகுடம் கத்தனாம் குணமொழந்தி. மேனது மேல் உள்ள ஒரு காகிதத்தில் எனக்கு ஏதோ வரைத்து வான் பித்தார். அப்போது மேனது மேல் இருந்த அவ

பணம் ஒரு நல்ல வேலைக்காரன்; ஆனால் ஒரு மொசபாள் எதுமான், எனவே பணத்தை நல்ல வழிகளில் பயன்படுத்துங்கள்; அதற்கு அடிமை ஆகி விடாதீர்கள்.  
- பகவான் பாய



ரது இடது உண்கையில் அந்தத் தடிப்பைப் பார்த்தேன் அம்மாவின் கைவிரிசுத்தது போலவே அதே சிலந்த தடிப்பு இக் கணவிற்குப் பிறகு வெகு விளரவில் அம்மாவின் கை குணமாகியது.

மற்றொரு சமயம், ஒவ்வாத செருப்பு போட்டுக் கொண்டதால் அம்மாவின் காலில் புண் ஏற்பட்டது பல மாதங்களாக அரிப்பெடுத்து, புண்ணாகி, எந்த மருத்துக்கும் குணமாகாமல் இருந்தது. ஒருவர் சொன்னதை ஏற்று, தினமும் புண் மேல் வெப்பெண்ணெய் பூசி வத்தேன் கருணையே உருவான பாபா, வைத்தில்வரனாரார். என கணவில் வந்தார். அவர் காலில், அம்மாவிற்கு வந்த புண் அதே பக்கம் கால், அதே போல், அதே இடத்தில், ரத்தம் புள்ளி புள்ளியாக இருந்தது. மனம் வெதுப்பி.

"காலில் என்னெனய பூசி விட்டிருமா ஸ்வாமி?" என்றேன்

"என்னெனய பூசினால் குணமாகாது" என்று

அக் கணவிற்குப் பிறகு, புண் மேல் என்னெனய பூசுவதை நிறுத்தி விட்டோம். பின்னர், வேறு ஒரு டாக்டர் பெயர் மனதில் தோன்ற, அவரிடம் செல்ல தீர்மானித்தோம். அவர் கொடுத்த மருதில், அதிசேகிரத்தில், பிரயிக்கும் வண்ணம், புண் ஆறிவிட்டது

பாபா, சிறுவனாக இருந்த போது, உற்றாரை விட்டு வந்து, உலகத்திற்குத் தள்ளான அரிப் பணித்தார் அப்போது அவர் போதித்த முதல் பதனான, "மானஸ் பதிரே குரு சரணம்" என்பதாகும் அப்பாட்டில் 'அருணாச்சலிவ' என்று ஒரு வரி வரும் ஒருமுறை கணவில் கூறினார்.

"திருவண்ணாமலை போகணும் அங்க சிவன் தலையில் சுவற்றற்கமலம் இருக்கு" பின்னர் நம் உடலில் உள்ள ஷட்குர அமைப்புக் கணையும் குண்டலினி சக்தியையும் விளக்கினார். ஆனால் விழித்துக் கொண்ட பிறகு எனக்கு அமை தெளிவாக நினைவில்லை.

பிறகு சொன்னார், "கம்மா உம்- உம் என்று

தலைவரட்டினால் போதாது. போய்ட்டு வரணும்”

இது அழுத்தம் திருத்தமாக! அப்போது அதாவது, கனவு கண்ட நாட்களில் எனக்கு புட்டபர்த்தி போக மிகவும் ஆவையில் அவை பாய்ந்து கொண்டிருந்த நேரம் அவர், “போய்ட்டு வரணும்” என்று ஆணித்தரமாக சொன்ன போது, அக் கனவுமேயே எனக்குத் தோன்றியது என்பவென்றால், திருவண்ணாமலை சென்று வந்த பிறகு, தவணை பாரக்க வரமுடியாது. பாபா ஆணையிடுவது போல இருந்தது. அதன்படி டிசம்பர் மாதம் திருவண்ணாமலை சென்று வந்தேராம் அடுத்த வந்த பிப்ரவரி மாதத்தில் பர்த்தி வர வாய்ப்பளித்தார் ஸ்வாமி பலவீத தடயங்களுடைய தாளிப்போடு பர்த்தி பயணம். அவர்தம் கவையில் கூறியதை பின்பற்றியவுடன், மிக எளிதாக டக்கென்று ஏற்பாடாகியது. விந்தையிலும் விந்தை.

1962 ஆம் வருடம் ஜனவரி மாதம் முதல் தெது என்னவா என்பதும் மறக்க முடியாத கனவு அது ஸ்வாமி என்னை ஆசிரவத்திற்கா நான் அவரை நமஸ்கரிக்கிறேன் அவர், தம் இரு தாமரை பாதங்களுடைய என் தலைமேல் முழுவதும் ஏறி நிற்கிறார் மகாபலி சகர வர்த்தியின் ஆணவத்தைப் போக்கி, சிறு அழுத்திய தரிவிக்கிரமவின் பொற்பாதம் ஒன்றாகவும், இரண்டும் என் தலைமேல் இப்போது நினைத்தாலும் சிவர்க்கிறது. அவர் என் தலை மேல் நிற்கும் அதே கணம் என்னுள் ஒரு எண்ணம், “ஸ்வாமியின் உங்கே யுனிவர்ஸே அடங்கியிருக்கிறது அவர் பருவம் நான் எப்படித் தாங்குவேன்” தான் இப்படி நினைத்து முடிபபதறதன், ஸ்வாமி தா பருவம் சற்று உள்ளிழுத்து, தன்னை சிந்தனையு வேசாக ஆக்கிக் கொண்டதை உணர்த்தேன் மிளனர் கீழிறங்கி என்னை ஆசிரவத்தார்

பிறகு என்னை வந்து அழுத்தப் போகும் பருவம், முள்ளமேயே உணர்த்தி விட்டார் ஸ்வாமி அப் பருவம் வேசாக்கி, அதாவது குறைத்து, என்னைக் காப்பாற்றிக் கொள் டிருப்பவரும் அவரின் என் கணவருக்கு பாபா மேல் நம்பிக்கை கிடையாது. சொல்லப் போனால் ஸ்வாமியை பிடிக்காது எனபே கூறலாம் பல சமயங்கள் கவனங்கள் அழுத்தி, மாரம் தாங்காமல், “இனிமேலும் எனக்குக் கவனப்பட சக்தியில்லை ஸ்வாமி” என்று

அவர் படத்தின் முன் அழுத்து உண்டு.

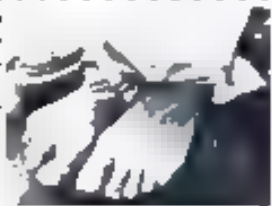
அப்போதெல்லாம் ஒரு கனவில் அவர் வந்து கூறியதை நினைவுபடுத்திக் கொள்வன், “ஏன் பயப்படறே! நான்தான் உன் காடேயே இருக்கேன்னு சொல்லியிருக்கேன்லா” என்று அவர் சொன்னதை நினைத்துக் கொள்வன்.

ஆலாய எம்மா சமயங்களிலும் ஒன்றாக கையாளுகிறேன் எதுவானாலும், மூதல் சிப்பிராட் ஸ்வாமிகு! அப்படி கவனக் என் னுடையதல்ல, அவருடையது! மற்றது, ஸ்வாமிக் கு கடிதம் எழுதுவது உள்ளத்திலேயே இருப் பவருக்கு கடிதம் தோவயில்லாமல்தான். ஆனால் தம் பல நிமித்திகாக எழுதுவதில் தவறில்லை. கடிதமிடம் வாயால் முளையிருவது போல், இதுவும் ஒன்று

ஸ்வாமி கடிதங்களை ஏற்கிறார் என கண்ட உணவும், பாபாவிற்கு எழுதிப் போட்டு விட்டால், அக் கடிதங்கள் எப்படியும் என் னப்படுகின்றன, நிச்சயமாக! தம் ஸ்வாமியின் முந்தைய அவதாரமாக வீசடி அவதாரத்தின் போது, அவர் சொன்னது போல், நம்பிக்கை மற்றம் பெறுவது, இவை இருண்டும் இருக்கல் அவசியம். உன் மனதின் ஆள்களின் உணர்ந்து, பூர்த்தி செய்கும் காமதேனு, சிந்தாமணி, சுற் பக்க கொடி எல்லாம் பாபாவே! நாம் விரும்பு வதைக் கொடுத்து, உயர்த்த மனித வாழ்க்கை ஸ்பிரிக்கவல் வாரும் மார்க்கத்தைக் காட்டு வா?

இந்தக் கட்டுரை எழுத எவந்தது, எழுதியது எல்லாம் ஸ்வாமியே. அவரின் நாமம் உலகம் எங்கே வகுக்கோ, பயன்பாட்டுக் கொண்டே இருக்கிறது இதைப் படிப்பவர் வாருக்கேளும் பயன்பாட்டுமே என்ற என் னத்தில், ஸ்வாமிகு நீங்கள் எழுதக்கூடிய விலாசத்தைக் கொடுக்கிறேன். பதில் போவடியல் வராது! ஸ்வாமியின் செய்கை மூலம், ஆசிர வர்தம் மூலம் வரும் பிரசாத்தி நினைவம் பிடு. ஸ்ரீ சத்ய சாயி நானு, அனந்தபுர் மாவட்டம் 61133, ஆத்திரப்பிரபேசம். அவர் தம் நாமத்தை ஒரு தடவை மனமுருக்க கூறினால், உடனே அவர் பதிலளிக்கிறார் அத்தகைய கருணா மூர்த்தியாம், நீ சாயிபகவாலின் பொற்பாதங் களை அடிகொட செயது, மனம் எந்த மனமோ எப்போதும் அவரை வணங்குகிறேன் ஜெய் கையராம்

— கஜாநா



பக்ககாதவர்கள் பல பேர் பணம் சம்பாதிக்கிறார்கள். நிறைய பணக்காரர்கள் நிறையப் படித்தவர்களும்ல்ல, ஆகவே கல்வி கற்பது பணம் சம்பாதிக்க அல்ல, அது நம்ம குணங்களை அபிவிருத்தி செய்வதற்கே.

— பகவான் டாபா

தகவல் : ஓ.பி. வித்வாசகர்.



# ஸ்ரீ குமரன் ஸ்டோர்ஸ்

61, உஸ்மான் ரோடு, தி. நகர், சென்னை-17

போன்: 4359029, 4342744



# நாமெல்லாம் எவ்வளவோ தேவலை!



தங்கெல்லாம்  
தாய் வீடு இருப்ப  
தில் தலைப்பிரச்சனம்  
அம்மா வீட்டில் செய்வதும்,  
பெய்ததிற்குப் பிறகு உறவினர்கள்  
செட்டிய பாட்டுப்பெய்தல்வாம் எத்தனை  
பெரிய சொக்கம் என்பதும் இந்தக் கட்டுரைகூடப்  
படித்தால் புரியும்...



**தாயாவது** என்பது ஒரு பெண்ணின் வாழ்க்கையில்  
நடக்கும் மிகத்தான் சமஸ்தம் தாயாவதன் மூலம் பெண்ணை  
முழுமையாகப் பெறுகிறது எனத்தெல்லாம் சொல்லுகிறார்கள்.

ஆனால்

அது பிரச்சனையும் ஆகிறது!

'Post Partum Depression' என்பது இன்றைய  
அமெரிக்காவில் பெண்களை அதிகமாகப் பாதித்திருக்கும்  
வீடியம். தாயாவது பத்து பெண்களில் ஒருத்தி தீவிரம்  
இருண்ட பாதிக்கப்படுகிறாள் என்பது மருத்துவர்களின்  
என்பது அமெரிக்கத் தொலைக்காட்சியில் 'டாக் ஷோ'  
நடத்தும் பிரபல ஒப்பாரா மிஸ்டிரே கூட இதைப் பற்றி  
பிரதீபகாசம் ஒரு தகவலினை துடத்தினார். PPTக்கார

- 'பேய்ஸ் மார்ட்டம் பிப்பெஷன்' காரணமாக நம் இந்த குழந்தைகளைப் போன்ற  
ஆன்ட்ரியா கணவன் எட்டாடன், கூடலில் குழந்தை பெரி பிறப்பதற்கு முன்  
எடுத்த படம் இந்த வடிக்கு அமெரிக்காவை கனகலில் போன்றிருக்கிறது!

காரணங்களும், நிவர்த்திகளும் மருத்துவர்களுடன் விவாதிக்கப்பட்டன.

'போஸ்ட் பார்ட்டம் டிப்ரஷன்' என்பது செய்தியாகி சமீபத்தில் அமெரிக்க இனசரிகளின் மூதல் பக்கங்களை ஆக்ரமித்துக் கொண்டன. (போருக்கு முன்)

கிரகோவைச் சேர்ந்த மெலனீ ஸ்டோக்ஸ் என்பவரின் இனம்பெண் தாய்மை அடைந்தவுடன் ஏற்பட்ட மன இறுக்கம் காரணமாக தன் மூன்று மாதக்குழந்தையை விட்டு விட்டு பன்னிரெண்டாவது மாடியிலிருந்து கீழே குதித்து தற்கொலை செய்து கொண்டாள்.

ஜூஸ்டனைச் சேர்ந்த ஆன்ட்ரியா ஏட்ஸ் (Andrea Yates) என்பவரின் மகனான இஸ்லாது நேரத்தில் தன் ஐந்து குழந்தைகளையும் குளிக்கும் நீர்த் தொட்டியில் முக்கி மூழ்கடித்துக் கொன்ற காரணமும் இந்த டிப்ரெஷன்தான் என்கிற விஷயம் அனைவரையும் திருக்கிட வைத்தது. ஆன்ட்ரியா கொன்ற கடைசிக் குழந்தை மேரிக்கு ஒரு வயது. தான் காவது குழந்தை பிறத்தவுடனேயே அவளுக்கு



மன இறுக்கம் துவங்கி விட்டதாக அவள் தரப்பில் வாதாடும் வகையில் சொல்லுகிறார். இந்த வழக்கு பன்னிரெண்டு ஜூரர்கள் கொண்ட நீதிமன்றத்தில் விசாரிக்கப்பட்டு வருகிறது.

இதைத் தொடர்ந்து போஸ்ட் பார்ட்டம் டிப்ரெஷன் என்றால் என்ன? இது உடல்நீதியானதா? இல்லவ் மனநீதியானதா? இத்தனை வருடங்களாக அமெரிக்காவில் பெண்கள் தாயாகவில்லையா? இப்போது மட்டும் இது என்ன புது பிரச்சினை? அதற்கு சிசிச்சைகள் உண்டா? என்று பல கேள்விகள் எழுப்பப்பட்டன.

இது தாயாகும் பெண்களிடம் உடல்நீதியாக ஏற்படும் மாற்றங்களால் விரைவும் மனநீதியான பிரச்சினை.

இதன் அறிகுறிகள், 'டிப்ரெஷன்' வயப்படும் பெண்கள் காரணமின்றி அழுவார்கள். கோப்படுவார்கள். சின்னச் சின்ன விஷயங்களுக்காக எரிச்சலடைவார்கள். பொறுமை மீன்றி தவிப்புடன் இருப்பார்கள். மறதி அவர்களை ஆட்கொள்ளும்.

குழந்தை பிறப்பதற்கு முன் மனமகிழ்ச்சியைக் கொடுத்த

எந்த விஷயத்திலும் அவர்களுக்கு ஈடுபாடோ, சந்தோஷமோ இருக்காது.

தன் குழந்தையைப் பற்றியும், குடும்பத்தினரைப் பற்றியும் 'நெஷ்டல் கிப்பிங்ஸ்' தோன்றும். அவர்களால்தான் தனக்குக் கஷ்டமும் பிரச்சினையும் என்கிற எண்ணம் ஏற்படும். மருத்துவ ஆராய்ச்சியின்படி புதிதாகத் தாயாகும் பெண்களில் பதினாத்து சதவிகிதத்தினர் இது மாதிரியான பாதிப்புக்கு ஆளாகிறார்களாம். அவர்களில் ஆயிரத்தில் ஒருவர் தற்கொலை, கொலை போன்ற விபரீத முடிவுகளுக்கு வருகிறார்களாம்.

அமெரிக்காவில் எல்லாருமே அநேகமாக வேலைக்குப் போகும் பெண்கள்தான். நார்மல் டெலிவரி என்றால் குழந்தை பிறத்த மறுநாளே மருத்துவமனை யிலிருந்து தாயையும் சேலையும் வீட்டுக்கு அனுப்பி விடுகிறார்கள். சிசேரியன் என்றால் மூன்று நாட்கள் முடிய மருத்துவமனை வாசத்தை பிரசவித்த பெண்களுக்கு இன்ஷூரன்ஸ் அனுமதிக்கிறது. இன்ஷூரன்ஸ் விதினை அங்கு மீற முடியாது! ஈகையை விட்டு எக்கச்சக்கமான தொகையை டாக்டர்களுக்கு கொட்டி அம் சாமானியர்களைப் முடியாது.

வீட்டிலும் உதவிக்கு யாரும் இல்லாத நிலையில் பெண்கள் பச்சைக் குழந்தையைப் பராமரிப்பதிலிருந்து அத்தனை வேலைகளையும் தாங்களே செய்து கொள்ள வேண்டும். வேலைக்குப் போகும் பெண்கள் இரண்டு அல்லது மூன்று மாதங்கள் வரையில் பாதி உதவியத்தில் விடுப்பு எடுத்துக் கொள்ளலாம். குழந்தை பிறந்து பதினாந்து நாட்கள் வரையில் கார் ஓட்டக் கூடாது.

தம் நாட்டில் ஒரு அனுகூலம். காய்கறிகள் விற்பவர்கள் வீட்டு வாசலில் தேடி வருவார்கள். வேலைக்கும் ஆள் கிடைக்கும். பெறு அடைந்த சில மாதங்கள் வரையில் அம்மாயோர் அல்லது மாயியாரோ உதவியாக இருக்க வருவார்கள். அமெரிக்காவில்

இது சாத்தியமில்லை. அம்மாவும் வேலைக்குப் போகிறவளாக இருப்பாள்.

புதிதாகத் தஞ்சையாகிறவர்கள் ஒரு வாரம வளரவில் விடுப்பு எடுத்துக் கொண்டு மனைவிக்கு உதவியாக இருக்கலாம். அதன் பிறகு மனைவிதான் சமாளித்தாக வேண்டும். அப்போது இரவு தூக்கம் விழித்து அழும குழந்தைக்குப் பால் புகட்ட வேண்டும். அடிக்கடி 'டயபர்' மாற்ற வேண்டும் இதற்கான பயிற்சியை எந்த மருத்துவமனையில் குழந்தைப் பேறுக்காக ஒரு பெண் பதிவு செய்து கொள்ளாளோ அதைச் சேர்த்தவர்கள் 'லமாஸ்' (L-MAS) என்கிற வகுப்புகளை நடத்தி கணவன் மனைவி இருவருக்குமே பயிற்சி அளிக்கிறார்கள்.

குழந்தை, வீடு, குடும்பம், கணவன் என்று பெற்றுப்புகள் கூடுதலாகும் போது பெண் களுக்கு மன இறுக்கம் அதிகமாகிறது. வீணச் சிள்ள வேலைகள் கூட மனைவியே போல் தெரிகின்றன.

இவ்வொன்று... குழந்தைக்குத் தாயாவ பின் தன் கணவனுக்குத் தண்ணீரம் உன்வ அன்பும் காப்பும் குறைந்து விடுமோ என்கிற கவலையும் இந்தப் பெண்களுக்குச் சேர்ந்து கொள்கிறது. ஒரு நிருமணத்தின் வெற்றிக்கு உடம்பட்ட மனைவிகளை வீட, உடல் கவாச்சி யும், அழகும்தான் அதிகம் அவசியமே என்கிற எண்ணம் மேலோங்குவதால் கூட இந்த மன இறுக்கம் அதிகமாகிறது எனலாம்.

இதற்கு உடனடியாகக் கவனிப்பு தேவை. மருத்துவமனைகளில் இதற்கான பிரதியேக ஏற்பாடுகள் செய்யப்படுகின்றன. குழந்தை பிறந்து 'டிஸ்சார்ஜ்' ஆகிப் போகும் தாய்மார் களுக்கு இதற்கான பிரதியேக தொலைபேசி எண்கள் (Hotline Numbers) கொடுக்கப்படு கின்றன. மனச்சோர்வு ஏற்படுகிறவர்கள் அந்த எண்ணுக்கு ஃபோன் பஸ்னி ஆலோசனை கேட்கலாம் என்கிறார்கள்.

'ANTI DEPRESSION PILL' ஐ சில வாய்க்கால் வளையில் சாப்பிடுவதும் இதற்கான தீர்வுகளில் ஒன்று என்று மருத்துவர்கள் கருதுகிறார்கள். மாதிக்கணக்காகச் சாப்பிட்டும் பலன் இல்லை என்றால் மருத்துவமனையில் சில தினங்கள் சேர்ந்து ஓயலாக இருக்கலாம்.

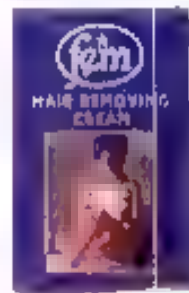
இதற்காக நனை ஏற்படாமல் இருக்க பெண்ணுக்குக் கணவனின் ஒத்துழைப்பும், பரிவும் கவனிப்பும் தேவை. மனைவியின் வீட்டு வேலைச் சுமையைப் பகிர்ந்து கொள்ளு வதன் மூலம் குழந்தையைப் பராமரிப்பதில் உதவுவதன் மூலம் கணவன் தாயான தன் மனைவி இந்த 'டிப்பிரஷனுக்கு' உட்பட்டாமல் தவிர்க்கலாம். அன்பு, பரிவும், பாசம் இவை களுக்கு மேலான மருந்து உலகத்திலேயே எதுவும் இல்லை என்பதை அனைவருக்கும் உணர்த்தலாம்.

— லக்ஷ்மீரமணன்

இப்ப நாள் நேர்-பிளிக்ஸ் பெறுவது எவ்வளவு கலப்படம் .. எலேட் டேப் வந்து போல, அரட்டை அடிக்கிறது போல



பெண் பிழைப்பை  
பெண் பிழைப்பை  
பெண் பிழைப்பை  
பெண் பிழைப்பை  
பெண் பிழைப்பை  
பெண் பிழைப்பை  
பெண் பிழைப்பை  
பெண் பிழைப்பை  
பெண் பிழைப்பை  
பெண் பிழைப்பை



பெண் பிழைப்பை

பெண் பிழைப்பை  
பெண் பிழைப்பை  
பெண் பிழைப்பை

பெண் பிழைப்பை





# செப்மாஸ்டர். சமையலிற்கு புதிய பரிமாணங்கள்.

இன்ஸ்ட்லட், எப்போதும் மேக்ஸ்



"இப்போது எளிதில் எப்போதும்  
சமையலில்லை" என்று இந்த அழகான  
சுருளியை வண்டு ஆச்சரியப்பட்டது.  
[ஓ குழியை வெளியே செல்கிறது]

சலி ஃபிரை எலக்ட்ரிக்  
மல்டி சூக்கர்



என் சமையலில் புதிது  
பரிமாணத்தை எடுத்துக்கொண்டிருக்கிறேன்  
சுருளியை என் குழியை ஆரோக்கியமும்  
[சுருளியை உருவாக்கி]

**chefmaster**  
home appliances

It's time with looking

Available at all leading outlets

Printed & Published by

Premier Machine Tools - 54-A, Vinayagaraj Street, Sivakasi-626 002, Tamil Nadu-626 002 Ph: 0422-496933 e-mail: chefmaster@vsnl.com  
Dealership for Tamil Nadu Chennai: Mela advertisement Ph: 4671636 4770344 Coimbatore: Birla marketing agencies Ph: 294715  
Madurai: Sreejagathy Enterprises Ph: 668881, 629699 Salem: Multipurpose enterprises Ph: 454853 Tiruchy: Mangal & Mangal  
Ph: 702755, 702250 Pondicherry: Dura agencies Ph: 273469 Distributors: [www.chefmaster.com](http://www.chefmaster.com)



# L.I.C. OF INDIA (தேர்முக தேர்வு)

பதவி - முகவர் (முழுநேரம் / பகுதி நேரம்)  
தான் - 01.11.2001 முதல் 25.11.2001 காலை 11 மணி முதல் மாலை 5 மணி வரை

கல்வித் தகுதி - +2 அல்லது பி.யுசி

வயது - 18 வயதிற்கு மேல் 25-வது ஆண்டு / பெண்

சிறப்பாக பணியாற்றும் முகவர்களுக்கு சீராக அதிகரிக்கும் வரமானம், இலவச தொலைபேசி வசதி, ஸ்கட்டர், லாப் போன்ற வசதிகள் வாங்க வட்டி இல்லாமல் முன்பணம், வீடு / ஃபளாட் கட்டுவதற்கும் / வாங்குவதற்கும் குறைந்த வட்டியில் முன்பணம், மருத்துவ செலவிற்கும், விழா காலங்களில் விழாகால முன்பணமும், தரப்படுகிறது. மேலும் பணிக்குடனாக / கிராஜுவியடி / தொடர் கமிஷன் முதலியன உள்ள ஒரு உன்னதமான தொழில்/வேலை.

மேலும் விவரங்களுக்கு தொடர்பு கொள்ள.

தேர்வு செய்யும் அதிகாரிகள்:

|                          |                |                 |
|--------------------------|----------------|-----------------|
| K.V. சிதம்பர சுபிரமணியன் | K. முனிநாதன்   | B.கவாமிநாதன்    |
| பேண் : 4472957           | பேண் : 4873124 | பேண் : 24554669 |

Life Insurance Corporation of India  
City Branch II, Mamatha Complex,  
25, Whites Road, Royapettah, Chennai - 14.

**ஜீவன் சினைகா - மகசிக்களுக்கான சிறப்பு டாலிசி**  
விவரங்களுக்கு மேற்கண்ட துதிகாரிகளை தொடர்பு கொள்ள

பி.மு.ந. 278 செப்டம்பர் 2001

Phone : 8444538

ESTD : 1959

**புனித யாத்திரை**

**43 வருட அனுபவமுள்ள ஸ்தாபனம்**

**8442850**

ஸ்தாபகர் : வி. சுப்பராவ்

உரிமைபாளர் : எம்.பத்ரி

18.1.2002 : 4 நாட்கள் கொண்ட மத்திராலய யாத்திரை - தெல்லூர், ஸ்ரீகைலம், மத்திராலயம், மகாதேவி, அலோபிலம் கட்டணம் ரூ.1,400/-

28.1.2002 : 15 நாட்கள் கொண்ட 7 ஜோதில்லிங்க யாத்திரை : பம்பே, திரிபுரம், சிங்க, சனி சிங்கராப்பூர், குங்கேனம், தாதாதேவ், வைத்தியநாதம், பாண்டரி பூர், பிமாசங்கர், மகாசகலம், ஹங்காரம் ஆகியவை கட்டணம் ரூ.6,050/-

31.1.2002 : 15 நாட்கள் கொண்ட பஞ்சதயாபகை யாத்திரை - ஸோமதிதுவாரகை, ரிபட்டி, துவாரகா, அரிச்சித்திமாது, போர்புத்தூர், சோமநாத், அம்பாஜி, புஷ்பா, மவுண்ட்அபு - நாதந்ததுவாரகை, கங்குரோலி துவாரகை, அகமதாபாத், சென்னை. கட்டணம் ரூ.6,100/-

10.2.2002 : கர்நாடகா ருர் 8 நாட்கள் கொண்டது - பெங்களூர், மைசூர், பாசமண்டலம், சுப்பிரமணியம், தம்சலை, கட்டில், உரோடு (அன்னபூரணி) சென்னை, மூலம்பிகை, பெரூர், ஹலபெடு, பெங்களூர், கட்டணம் ரூ.3,000/-

22.2.2002 : மத்திராலயம் 4 நாட்கள் கொண்டது. தெல்லூர், ஸ்ரீகைலம், மத்திராலயம், மகாதேவி, அலோபிலம், கட்டணம் ரூ.1,400/-

4.3.2002 : 12 நாட்கள் கொண்ட மகாசிவாத்திரி ஸ்பெஷல் பூரி, புலகைஸ்வம், கோனர்க், காலி, கயா, அலகாபாத், அபேத்தியா, கட்டணம் ரூ.8,250/-

குறிப்பு : 11 நாட்கள் முன்பு எவ்வித கட்டிடம் புக் செய்த வேண்டி திருப்பதால் முன்பதிவு செய்து கொள்ளவும்.

மேலும் விவரங்களுக்கு :

**ஸ்ரீ விஜயா டிராவல் சர்வீஸ்**

30, ஆரிமுத்து ஆளரி தெரு, (விவேகானந்தா இலாகா பஸ் ஸ்டேஷன் அருகில்)  
திருவல்லிக்கேணி, சென்னை - 600 005. ஃ : 8444538, 8442850

# இந்த மரகம் எப்படி?

மேஷ ராசி :



அல்லினி, பரணி, கிருத்திரை 1 - ஆம் பாதம்

இந்த ராசியினருக்கு ஆறாம் இடத்தில் கக்கிரை, புதன் இருப்பதால் மரகத் தொடக்கத்தில் சில இடையூறுகள் ஏற்படலாம். பணம் கொடுக்கல் வாங்கலில் கவனம் தேவை. உச்சம் பெற்ற செவ்வாய் தன்மைகளை ஏற்படுத்துவார்.

உத்தியோகஸ்தர்களுக்கு இடமாற்றம், பதவி உயர்வு போன்ற நன்மைகள் இடைக்கக்கூடும் இருத்தாலும் உங்களை பணிகளும் நடவடிக்கைகளும் உயர் அதிகாரிகளையும் இருப்பிப்படுத்தும் வகையில் அமைவ வேண்டியது அவசியம் தொழிற்பிரிவினருக்குத் தடைகள் விலகி முன்னேற்றம் ஏற்படும் வகுமையும்த் திருப்தி உரும். கணவரர்களின் முயற்சிகள் சில புதிய வாய்ப்புகளை பெற்றுத் தரக்கூடும். முயற்சியுடைய மிகுந்த ஆர்வம் காட்டி படிப்பில் அக்கறை செலுத்துவது பெற்றோரைப் பரவசத்தில் ஆழ்த்தும் விவாபாரத்தில் பெரிதான லாபங்களை எதிர்பார்ப்பதற்கில்லை என்றாலும், குறைந்தபட்ச அளவில் விவாபாரம் தடை பெறுவதில் பிரச்சனை இருக்காது. எனவே விவாபாரிகள் கவனம் பபடத

|          |                                                                                                                                                                                                                       | சனி (ங) | சுரு ராசு     |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------------|
|          | 2.11.2001 - சூத (ங.ஆ.)<br>3.11.2001 - சூத - புதன்<br>3.11.2001 - சூத - கக்கிரை<br>16.11.2001 - கிருத்திரை சூரியம்<br>22.11.2001 - கிருத்திரை புதன்<br>27.11.2001 - கிருத்திரை - கக்கிரை<br>30.11.2001 - சூத - சூரியம் |         |               |
| கெக்கிரை |                                                                                                                                                                                                                       |         |               |
| மேஷ      | சூரியம்                                                                                                                                                                                                               | சூரியம் | புதன் கக்கிரை |

உண்டு சிலரது காதல் விலகாரங்கள் இருமனத்திம் முடிபும் அனலுக்கு சந்தர்ப்பங்கள் கூடி வரும் தடுப்பததுடன் பணம் போய் வருதல் இருக்கும் ஆடை. ஆபரணங்களை வாங்கி அணித்து பெண்கள் மகிழ்ச்சியடைவக்கூடிய நிலை உண்டு.

தீயகம் தினமும் ஆலயத்துக்குச் சென்று தவச்சிரகங்களை வணங்கி வருவதன் மூலம் உங்களை சிக்கல்கள் வாயும் தீயகி செழிப்பான நிலை உண்டாகும் தோதிடரின் ஆலோசனை பெற்று உங்களை விட்டில் தவச்சிரக நேறாமம் ஒன்றை தடத்துவதும் நல்ல பலன்களை ஏற்படுத்தும்.

ரிஷப ராசி :

கிருத்திரை 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், ரோகினி, கிருக சிசிஷம் 1, 2 - ஆம் பாதங்கள். கக்கிரை தீசம் பெற்று ஐத்



தாம் இடத்தில் சஞ்சாரம் செய்வதால் எந்நிலை அநிக் கவனம் தேவை அரசாங்க விஷயங்களிலும், வீடு வாங்குவது, விற்பது போன்ற விஷயங்களிலும் மிகவும் கவனமாகச் செயல்பட வேண்டும்.

உத்தியோகஸ்தர்கள் இடமாற்றம், பதவி உயர்வு போன்றவற்றுக்கு இப்போது முயற்சி எதைமே மேற்கொள்ளாதீர்கள் உயர் அதிகாரிகளின் தன்மதிப்பைப் பெறக்கூடிய முயற்சிகளில் மட்டுமே உங்கள் கவனத்தை செலுத்துவது அவசியம். தொழிற்பிரிவினர் திருப்பி வடைக்கூடிய வகையில் தொழில் முன்னேற்றம் சிறப்பாக அமைந்திருக்கும். வியாபாரத்தில் செழிப்பான நிலை உண்டதால் வியாபாரிகளின் மகிழ்ச்சி கூடுதலாகிய கவனப்படும் எனிலும் வேலைவாட்களின் தொல்லை கவலை தரக்கூடும்.

மாணவமணிகளுக்குக் கல்வியில் ஆர்வம் குறைந்து பிற விஷயங்களில் கவனம் செல்லும் நிலை தென்படுகிறது. எனினும் மாதப் பிழைகளில் உங்கள் இயல்பான கருத்துப்பு ஏற்பட்டு பாடங்களில் ஆழ்ந்த கடுப்பாடு கொள்வீர்கள். கவனஞ்சென் தொடர்ந்து முயன்றாலும் கூட புதிய வாய்ப்புகள் அமைவதற்கில்லை. எனதாலும் இதனால் உங்கள் வழக்கமான வாழ்க்கை வசதிகளில் குறைவேற்பட வழியில் வாய்ப்பு, உங்கள் கைவசம் உள்ள வாய்ப்புகள் உதவக்கூடும். குடும்பச் சூழ்நிலையில் அவைப் போது தடைகாட்டக்கூடிய ஒரே சிக்கல் கணச் சாமர்த்தியமாகச் சமாளித்து பெண்கள் நற்பெயர் பெறுவீர்கள்.

குடும்ப நிலையில் கணவன் - மனைவி பிடைபை நிம்மதியான போக்கு திவவி வரும். மிக தெருவிய நண்பர்களைப் பிரிய நேரும். திரத்திலிருந்து உற்சாகம் தரக்கூடிய செய்தி வந்த தாங்கிய கடிதம் ஒன்று வந்து சேரும்.

ஏதாவது கனத்த கனம்  
செய்க கனத்தது ஆதப் போடும்  
போது அதன் மேல் 1 கப்பன்  
தன்மெய்கமெய்க் கனத்தி விட்டான்  
கனம் உதிர் உதிர்நி கனத்த கனம்  
செய்க கவனமாக இருக்கும்.  
- கனத்தி கனத்தகனம்.



அரசாங்கத் தொடர்புடைய நண்பர்களால் பயன் எதையும் எதிர்பார்க்க இயலாது. சனோதர வழியில் இருந்து வேறுபாடு ஏற்பட நேரும். உறவினர், நண்பர்கள் வழியில் கபச் செவவுக்கு இரு முண்டு அரசாங்கம் சம்பந்தமான விஷயங்களில் மிகுந்த கவனம் தேவை வீடு வாங்குவது, விற்பது போன்ற விஷயங்களில் மிகவும் நிதானமாகச் செயல் படுவது அவசியம். சொத்து வகையில் பாகப்பிரிவுணை செய்க்கூடிய தீர்ப்புதம் ஏற்படலாம்.

தீங்கு வெள்ளிக் கிழமைகளில் தவறாது வீரதம் இருந்து வருவதுடன், ஆவயத்தில் தவக்கிரக சத்திநிமிஷுள்ள கக்கிர பகவாதுக்கு அர்ச்சனை செய்து வரவாயி வருவதன் தீரம் உங்கள் பிரச்சனைகளில் தீர்வு கிடைத்து தீங்கி ஏற்படும்.

## மிதுன ராசி :

மிதுனரிகும் 3, 4 - ஆம் பாதுகன், திருவாதினர. புனர் பூசம் 1, 2, 3 - ஆம் பாதுகன்.



இராசிதான் உச்சம் பெற்று சஞ்சரித்தாலும் மாதத் தொடக்கத்தில் ஐந்தாம் இடத்தில் பஞ்சமாதிபதி கக்கிரனுடன் கோத்த தால் பவவித்ததிலும் தன்மைகளை எதிர் பார்க்கலாம். எனதாலும் ஆறுக்குரிய அங்காரக பகவான் உச்சம் பெறுவதால் சில சிக்கல்கள் தோன்றலாம் பணம் கொடுக்கல் வாங்கலில் கவனம் தேவை.

உத்தியோகஸ்தர்களுக்கு அதுவகைம் சம்பந்தமான விஷயங்களில் நற்பலங்கள் ஏற்படும் என்றாலும் உங்கள் அன்றாடப் பணிக்ள் உங்கள் உயர் அதிகாரிகளைத் திருநிதிப் படுத்தக்கூடிய வகையில் அமைவ வேண்டியது அவசியம். புகார்களுக்கு இடங்கொடாதீர்கள். தொழிற்பிரிவினர் உழைப்பிற்கேற்ற கனத்தில் கைப் பெற்று மகிழ்வீர்கள் என்று சொல்ல முடியாது வேலை பளுதான் அதிகமாகியும் கவிர கனியம் உயராது. மாதப் பிழைகளில் ஓரளவு முன்னேற்றம் ஏற்படலாம். மாணவ மணிகளுக்கு எல்லாருடைய பாராட்டுகையும் கிடைக்கும் அளவுக்குப் பாடங்களில் மிகுந்த ஆர்வம் காணப்படும்.

வியாபாரிகளுக்குத் திருப்பி ஏற்படக்கூடிய அளவில் வியாபாரம் தடைபெறுமானாலும் வேலைவாட்களின் நடவடிக்கைகள் சந்தே வகுத்தப்பட வைக்கக்கூடும் என்றாலும் சமரச மாகத் தீர்த்துக் கொள்வது தவறு கவன ஞர்களின் முயற்சிகளின் காரணமாக சில புதிய வாய்ப்புகள் அமைவக்கூடும். குடும்ப தீர்வாகத் தைப் பொறுத்தவரை பெண்கள் பாராட்டப் படுவீர்களாயினும் உட்குதலம் ஒத்துழைகாது. வயிற்றுக் கோளாறு, கருப்பைக் கோளாறு



# கஸ்தூரி மான் மார்க் கைத்தறி சேலைகள்

கலைநயம்மிக்க, உயர்தரமான  
பருத்தி இழை சேலைகள் (ரவிக்கையுடன்)

- ✦ பொள்ளாச்சி (நெகமம்) காட்டன் சேலைகள்
- ✦ கோவை காட்டன் சேலைகள்
- ✦ High Fancy Tassur Silk Sarees
- ✦ பத்திக் பிரீண்டட் சேலைகள்
- ✦ கைத்தறி ஜரிகை வேஷ்டிகள்



Mrs : PKC Paramasiven

**SRI KASTHURI & COY,**

45/163, S.S. Koil Street,  
POLLACHI - 642 001

Phone : 04259 - 227695, 228106

## சேவரிட்டின் இனிய தபாவளி வாழ்த்துக்கள்!

இல்லத்தரசிகளே! தபாவளிக்கு வழக்கமாக செய்யும் அல்வா, லட்டு, ஜாங்கிரி இவைகளுடன் புது வகையான சேவரிட் வறுத்த சேமிவா ரவா கலவ கொண்டு பர்பி செய்யும் செய்முறை விளக்கம் கீழே தந்துள்ளோம்.

### சேவரிட் வறுத்த சேமிவா ரவா பர்பி

1. சேவரிட் வறுத்த சேமிவா ரவா : 100 கி
2. வெய்யம் : 100 கி
3. தேய்காய் துருவல் : 50 கி
4. நெய் : 4 தேக்கரண்டி
5. ஏலக்காய் பொடி : 1/2 தேக்கரண்டி
6. குத்திரி பொடி : 4 குதல்

வெல்லப்பாரு தபாவித்துக் கொண்டு அதுனுடன் சேவரிட் வறுத்த சேமிவா ரவா, தேய்காய் துருவல், குத்திரிபொடி, ஏலக்காய் பொடி, சோக்கையும், மேற்கூறிய பொருட்களை நன்றாக கலந்து நெய் தடிமிய தட்டில் பரப்பி வைக்கவும். சிறிய ஜாண்டுக்காக வெட்டி பரிமாறவும்.

### சேவரிட் வறுத்த சேமிவா ரவா

\* அதிக கனவ மிக்கது \* மிதமான எண்ணெய் \* எரிபொருள் சிக்கலாம்.

**Savori**  
family's favorite

377/2, S.N. Street, Tollgate, Chennai - 81.  
Phone:-44-5952674 Fax:044-5952672  
E-mail:savori@ias.mil 01.vsnl.net.in

எங்களிடம் ராசிக்கல் மோதிரம் வாங்கி பயன்பெறும்  
அனைவருக்கும் எங்களது தீபாவளி நல்வாழ்த்துக்கள்  
ராசிக்கல் மோதிரம் வாங்க ராசிகரான கடை P.R. ஜூவல்லரி



## P.R. JEWELLERY

GOLD, SILVER, DIAMOND & BIRTH STONES  
Old No. 102, New No. 138, USMAN ROAD, T. NAGAR,  
CHENNAI - 600 017. PH: 434 4442, 432 7764

TUESDAY HOLIDAY

P.R. ஜூவல்லரியில் ராசிக்கல் மோதிரம் வாங்கி  
அணித்துபயன்பெறுங்கள்.

ஒவ்வொரு ராசிக்கும் மோதிரம் ரூ. 400/-

(10.00 AM to 1.30 - 3.30 PM to 8.00 PM)

குறிப்பு: எங்கு மோதிரம் பார்த்தாலும் எங்களிடம் வந்து ரூ. 400/-க்கு ராசிக்கல் மோதிரம்  
வாங்கி பயன்பெறுங்கள். ஒத்தினம் உம் என முழு உத்தரவாதம் தருகிறோம்.



## எங்களது 16 ஆம் ஆண்டு விழா

22.10.2001

ஆண்டு விழாச் சலுகை. டிஸ்கோ கம்மல் தள்ளுபடி விற்பனை  
ரூ. 200/- முதல் 500/- வரை கிடைக்கும். எங்களிடம் வாங்கும்

டிஸ்கோ கம்மலுக்கு 15.01.2002 வரை

இலவசமாக காது குத்துகிறோம்.

ஐயப்ப பக்தர்களுக்கு துளசி மாலை, சந்தன மாலை,  
ஸ்படிக மாலை குறைந்த விலையில் கிடைக்கும்.

| ராசி                     | ராசி மோதிரம்                                      | விலை கிவாயம் |
|--------------------------|---------------------------------------------------|--------------|
| மேஷ ராசி, விருச்சிக ராசி | 2 CARAT பவழம் வைத்து வெள்ளி மோதிரம்               | ரூ. 400/-    |
| ரிஷப ராசி, துலாம் ராசி   | 5 CENT வைரம் வைத்து 4 கிராம் தங்கத்தில்           | ரூ. 4500/-   |
| ரிஷப ராசி, துலாம் ராசி   | 5 CENT வைரம் வைத்து வெள்ளி மோதிரம்                | ரூ. 2250/-   |
| மிதுன ராசி, கன்னி ராசி   | 20 CENT மரபுப் பச்சை வெள்ளி மோதிரம்               | ரூ. 400/-    |
| உ.உ ராசி                 | 2 CARAT ஒத்து வைத்து வெள்ளி மோதிரம்               | ரூ. 400/-    |
| சிம்ம ராசி               | 20 CENT வானிகைப் வைத்து வெள்ளி மோதிரம்            | ரூ. 400/-    |
| தனுசு ராசி, மீனாசி       | 1 CARAT புஷ்பராவம் வைத்து 4 கிராம் தங்கத்தில்     | ரூ. 2500/-   |
| தனுசு ராசி, மீனாசி       | 1 CARAT கடை புஷ்பராவம் வைத்து 4 கிராம் தங்கத்தில் | ரூ. 3200/-   |
| தனுசு ராசி, மீனாசி       | 1 CARAT புஷ்பராவம் வைத்து வெள்ளியின்              | ரூ. 400/-    |
| தனுசு ராசி, மீனாசி       | 50 CENT கடை புஷ்பராவம் வைத்து                     | ரூ. 1000/-   |
| மகர ராசி, சூரிய ராசி     | 20 CENT தீம் வைத்து வெள்ளி மோதிரம்                | ரூ. 400/-    |
| ரகு, கேடுதல்             | 50 CENT                                           | ரூ. 400/-    |
| கேடு, கெடுதல்            | 20 CENT                                           | ரூ. 400/-    |
| அனைவரும் அணிபிக்கடித்து  |                                                   |              |
| வானிகை வெள்ளி மோதிரம்    | 2 CARAT                                           | ரூ. 400/-    |

JayaTV. விழாநாள் மாலை 5.30 முதல் 6.00 வரை சிறப்புப் பேட்டியை காணத் தவறாதீர்கள்.

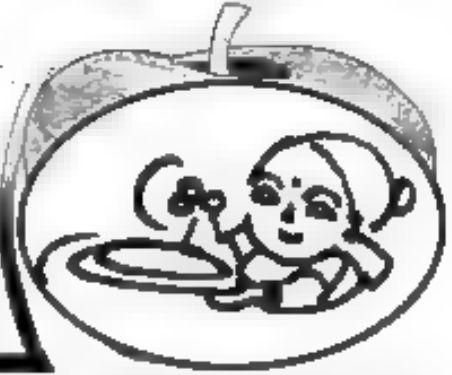
பல வாடிக்கையாளர்கள் பயணம் அனுப்பிவிட்டு முகவரி எழுதுவது இல்லை. முகவரி இல்லாமல்  
எங்களால் தொடர்பு கொள்ள முடியாது. முகவரி தெரிவதாக எழுதவும். தயவு எழுதினால் முழு  
விவரம் பாஸ்ட் இலவசமாக அனுப்புகிறோம்.

WE ACCEPT MASTER CARD/VISA CARDS

ADVT.

நன்றாகப் பழுத்த ஆப்பிள் பழத்தைத் தோல் சீவி விட்டு மிக்ஸரில் அரைத்து கோதுமை மாவுடன் சேர்த்துப் பிசைத்து சப்பாத்தி ஏசெய்து பாருங்கள். துப்பர் சாஃப்டாக இருப்பதோடு பழ வாகனையோடு சப்பாத்தி 'ஏ' ஒன்றாக இருக்கும்.

- சி. மாலதி



போன்றவை சிரமம் தரக்கூறும் எனினும் சிறு சிசுக்களையிட பிள குணமாகி விடும்.

குடும்ப நிலையில் கணவன் - மனைவி விடைபெ இணக்கமான போக்கே நிலை வரும் நண்பர்களின் சத்திப்பு புதிய திட்டங்களை உருவாக்க வழிகோலும் வாகனம் வைத்துத் தொழில் நடத்துவோருக்குப் பொருள் வீணாவம் ஏற்பட இடமுண்டு பணம் கொடுக்கக் வாய்க்கவில் திறமையுடையவர்களைக் கவனமாகவிட்டால் சிக்கல் ஏற்படலாம் சிலருக்கு அதிகவுட வாய்ப்புகளின் மூலம் திடீர் தளவரவுக்கு இடமுண்டு. உறவினர்கள் ஒத்துழைக்க முன்வருவார்கள். அரசியல் தொடர்புடைய நண்பர்களால் அணுகுலங்கள் ஏற்படும்.

நீங்கள் முருகப் பெருமானை செல்வவாய்க் கிழமை தோறும் சிலப்பு மலர்களால் அர்ச்சனை செய்து அல்லது மானவராக அணிவித்து வணங்கி வருவதன் மூலம் உங்கள் கவலைகள் யாவும் மறைவும். களிப்பு பிறக்கும்.



### கடக ராசி :

புனர்பூசம் 1-ஆம் பாதம், பூசம், ஆவிச்சபம்.

இம்மாதம் ஏழாம் இட மென்றும் சப்தம் கெதிரத்தில் உச்சம் பெற்ற செயலால் பெரும்பாலும் தன்மைகளையே தருவார் எனினும் விரயஸ்தானத்தில் உள்ள குரு பகலான சஞ்சாரம் சில கெடுதல்களையும் ஏற்படுத்த இடமுண்டு.

உத்திரோகஸ்தானத்துக்கு இடமாற்றம், பதவி உயர்வு போன்ற தன்மைகள் எளிதாக அமை யும் உயர் அதிகாரிகளின் ஒத்துழைப்பு மிகப் பெரும் உதவியாக இருந்து மேலும் சில தன்மை களைச் செய்க்கூறும். தொழிற்பிரிவினர் கவலத்தில் நடத்துவோராக இருந்தால் தன்மை கள் குறைவாகவே நடக்கும். கூட்டுத் தொழில் புரிவோர், கூட்டாளிகளின் ஒத்துழைப்பும் நல்லபயிற்சியை அமைவதால் தொழில் முன் னேற்றம் கூடுதலாக அல்லமக் காண்பார்கள். கைவஞ்சுருக்குக் கூடுதலாக பொருளாதார நிலையில் முன்னேற்றம் ஏற்படுத்தக்கூடிய அளவில் சில புதிய வாய்ப்புகள் அமையும்.

மாணவ மணிகள் படிப்பில் ஆர்வத்தோடு இருந்து வருவது மட்டுமன்றி, நல்ல நண்பர் களைத் தேர்ந்தெடுத்துப் பழகுவதிலும் சிறப் பாண சாமர்த்தியத்தைக் காட்டுவீர்கள். விவா பாரம் வாய்க்காமா நடைபெறுவதன் காரண மாக விவாபாரிகளின் கையில் தாராளமான பணப்புத்திகள் காணப்படும்.

குடும்ப நிலையில் கணவன் - மனைவி விடைபெ களிவான போக்குக் காணப்பட்டு வரும் பணம் கொடுக்கல் வாய்க்க சிக்கலின்றி நடைபெற்று ஆதாயத்தையும் பெற்றுத் தரும் சிலரது காதல் விவகாரங்கள் திருமணத்தில் முடியும் வாய்ப்புண்டு. குடும்பத்தில் வயது முதிர்ந்த ஒருவருக்கு உடல்நலத்தில் கோளாறு ஏற்பட்டு மருத்துவர் செலவு செய்வ நேரும். செலவுகள் அதிகமாக ஆகும் என்பதால் பணத் தட்டுப்பாடு நேரலாம் என்றாலும் சாமர்த்திய மாகச் சமாளித்து விடுவீர்கள். இதில் பெண் களின் பங்கு பேருதவியாக அமையும் அரசியல் வாதிக்கின் தடவை தம்பி எத்த முயற்சியிலும் ஈடுபடாதீர்கள். காணாமற்போன பொருள் திருப்பி வந்து கோரும்.

தீங்கள் திரும்ப தவறாமல் சான்றாக கவசம் பாடல்களைப் பாடி வந்தால் உங்கள் சிரமங்கள் தீயி, செழிப்பு மேலோங்கிக் காணப்படும்.

### சிம்ம ராசி :

மகம், பூசம், உத்திரம் 1-ஆம் பாதம்

இராசிதான் சூரியன் மாத முற்பகுதியில் தீசகம் பெற்று முன்றாம இடத்தில் சஞ்சரிப்பதால் எதிலும் மிகுந்த கவனத்துடன் செயல்பட வேண்டும். மாதப் பிற்பகுதியில் முன்னேற்றம் உண்டாகும். அத்திய மொழி பேசும் ஒருவரால் தன்மைக்கு இடமுண்டு.

உங்கள் அனறாடப் பணிகளைக் குறை வினைச் செய்து முடிப்பதில் திருப்தியடைந்த உங்கள் உயர் அதிகாரிகளால் உங்களுக்கு இட மாற்றம், பதவி உயர்வு போன்ற நற்பலன்கள் எனினும் கிடைக்கும் நீங்களும் அவர்களுடைய தல்வெண்ணத்திற்கு ஏற்றவராக நடந்து கொள்



வீர்கள். சக பணியாளர்களும் ஒத்துழைப்பார்கள். கனலொளிரைக் குத்தி அளையும் சில புதிய வாய்ப்புகளால் பொருளாதார முன்னேற்றம் மட்டுமல்லாமல் உங்கள் அந்தஸ்தும் உயரக்கூடும். எல்லாருடைய அனுபவமும் பெற்று குடும்ப நிர்வாகத்தைச் சிறப்பாக நடத்தி பெண்கள் நற்பெயரை எளிதாகப் பெறுவீர்கள்.

மாணவ மகளிகள் படிப்பில் காட்டும் ஆர்வமும், கறுவலுப்பும் வர இருக்கும் தேர்வுகளில் உங்களுக்கு முன்னணி நிலையைப் பெற்றுத் தரும். தொழிற்சிறிவினருக்கு தாடகா விலகி படிப்படியான முன்னேற்றம் காணப்படும். விவரபாரிகளுக்குப் பளாப புழக்கம் தாராளமாக இருக்கும் வகையில் விவரபாரி நல்ல முறையில் நடத்து வருபா.

குடும்ப நிலையில் கணவன் - மனைவி கிடையே பரிவும் பாசமும் திவனி வரும். அரசியல்வாதிகளின் நடப்பு சில அனுகூல களைப் பெற்றுத் தரும். சப விசேடங்கள் குறித்த கடிதத் தொடர்புகளில் திருப்திகரமான தீர்வு காணப்படும். சொத்து விலகாரங்களில் உங்கள் மகிழ்ச்சிக்கேற்ற வகையில் சாக்கமான தீர்ப்பு கிடைக்கப் பெறுவீர்கள் குடும்பத்தில் ஏற்பட்டிருந்த மனக்கசப்புகள் மறைவும். மனத்தில் ஒருவித குதூகலம் நிரம்பியிருக்கும் உறவினர் சந்திப்பு மகிழ்ச்சி தருவதுடன் சப திழ்ச்சி ஒன்று குடும்பத்தில் நடைபெறவும் உதவக்கூடும். தீண்ட காலமாக நடந்து வரும் வழக்கில் முடிவு ஏற்பட்டு உங்களை உதாரகத்தில் ஆழ்த்தும்.

நீங்கள் தினமும் ஆதிதய நிகழ்வை மனதோத்திரம் படித்து வருவதுடன் அதிகாணையில் குறிப்பகவாளன் வளர்ச்சி வருவதும் உங்கள் சிரமங்களைப் போக்கி கபிட்சத்தை ஏற்படுத்தும்.



### கன்னி ராசி :

உத்திரம் 2, 3, 4 - ஆம்  
மாதங்கள், துலா, கித்திரை  
1, 2 - ஆம் மாதங்கள்.

இராசிநாதன் புதுவ் மாந  
ஆரம்பத்தில் ஆட்சி பெற்று  
கக்கிரையுடன் சேர்ந்து சஞ்சரிப்பதால் பெரும்

பாலும் நற்பலன்களாக நடக்கும் எல்லாவும்  
தகவல்தானத்தில் குறிப்பித் தீச்சம் பெற்றிருப்ப  
தால் மாந ஆரம்பத்தில் அதிக கவனம் தேவை.

உத்தியோகஸ்தர்களுக்கு அலுவலகம்  
சம்பந்தமான விஷயங்களில் எந்த மாற்றமும்  
இருக்க இடமில்லை. வேலாஸ்து செல்லும்  
பெண்கள் தனிப்பட்ட சில சலுகைகளையும்  
சிறப்பான நற்பலன்களையும் எதிர்பார்க்கலாம்.  
மாந முற்பகுதியை விட மாநப் பிரபகுதி சிறப்  
பாக இருக்கும். எதிர்பாராத வருமானமும்  
மகிழ்ச்சி தரும் வகையில் அளமையும். தொழிற்  
சிறிவினருக்கு உட்டாணிகளிடையே மனக்  
கசப்பு தோன்ற இடமுண்டு. எனினும் தொழில்  
வளர்ச்சியைப் பாதிக்காது.

மாணவமகளிகள் கறுவலுப்பாக இவ்விதி,  
படிப்பில் மிகுந்த ஆர்வம் காட்டி வருவீர்கள்.  
நல்ல நண்பர்களைத் தேர்த்தெடுத்துப் பழகுவது  
மிக அவசியம். விவரபாரிகளுக்கு, மகிழ்ச்சி  
ஏற்படக்கூடிய வகையில் விவரபாரி மூன்  
னேற்றமான நிலையில் இருந்து வரும். மாந  
முற்பகுதியில் சில தான தேக்க நிலை தென்பட்  
டாலும் பிறகு படிப்படியாக சரிடாகி விடும்.  
பெண்களுக்கு குடும்பத்திலும், அக்கம் பக்  
கத்திலும் நற்பெயர் உண்டாகும். சே சிப்புகளும்  
மகிழ்ச்சியுண்டு.

குடும்ப நிலையில் இனிமைகளை குழ  
நியையே நிவனி வரும் உறவினர் சில மனக்  
கசப்பு கொள்ளார்களாவிலும் அனாத நீங்கள்  
பொருட்டபடுத்த வேண்டியதில்லை. பிறகு  
அவர்களே தீடி வரும் நிலை உள்ளதால்  
கவலை வேண்டாம். புகழ்பெற்ற பனிதர்கள்,  
அரசியல்வாதிகள் போன்றவர்களின் நட்பின்  
மூலம் சில நன்மைகள் உண்டாக இடமுண்டு.  
நிரும்மாம் பொன்று விசேடங்களில் கலந்து  
கொள்வது, கிருத்துகளில் கலந்து கொள்வது  
போன்றவை உண்டு சொத்து பற்றிய வழக்கு  
கள் இழுப்பதற்காக நீடிக்கும் காதல் மீலகாரல்  
களில் சிலர் திருமண வாய்ப்பைப் பெறுவீர்கள்.  
சிறு உடல் உபாஸைகள் ஏற்பட்டு குளமாரும்.

நீங்கள் வியாழக்கிழமைகளில் புதுபகவா  
லுக்கு கொண்டைக்கடளை எதவேத்தியம்  
செய்து வளர்ச்சி வருவதன் மூலம் உங்கள்  
சிரமங்கள் மறைவும். கபிட்சம் ஏற்படும்.

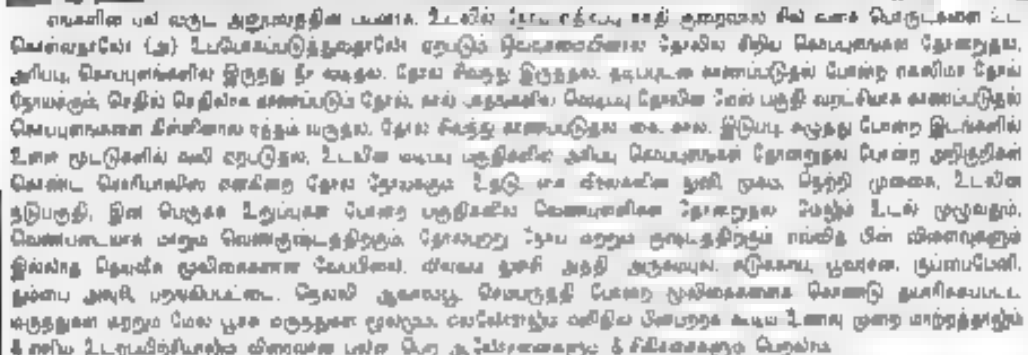
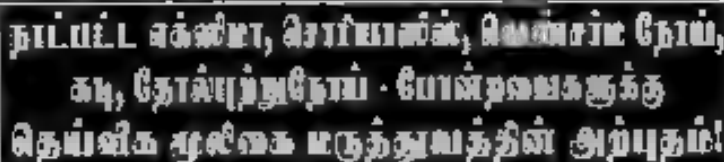
### பொன் மொழி

குறையே இல்லாதவர்களைத் தேடித்  
கொண்டிருந்தால் நமக்கு நண்பர்கள்  
யாருமே கிடைக்க மாட்டார்கள்.

— யாரோ

தகவல் : கே. ராஜேஸ்வரி



[illegible]

தலைவர்: Dr.M.முத்துசாமி & Dr.M.சுப்பிரமணியம், Dr.M.வினாயகம், Sd.Dr.C.கண்ணப்பன், Dr.C.செல்வம்  
29.No.20.No.2 திருத்தம் குறித்து தல. (செய்து கொடுக்க) திருப்பாதல், கோவை - 835 601; 08479-20468, 22769  
தொலைபேசி: 115, மருத்துவக் கல்விக்கூடம், (சென்னை கோவை பக்கத்தில்) சென்னை, சென்னை - 10

© 8424285, 8427036

ஆல்வொரூ மாத்யஸும் வெனிசூசுகளில் டாக்டரை நேரில் சந்திக்க

|                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>வேலூர்</b><br/>25 சூழி - 12 pm to 2 pm<br/>(பி.ச.எ.எ.இ.டி. 204.ஆன்.பி.செ.டி.)<br/>(உள். து.ச.சூழித் துறை)<br/>☎ : 0418 - 213158</p>                        | <p><b>காஞ்சிபுரம்</b><br/>25 சூழி - 3 pm to 5 pm<br/>தலைநகர் கட்டிட. (பா. நி.மா.ச.டி.அ.டி.டி.)<br/>(உள். து.ச.சூழித் துறை)<br/>☎ : 04112 - 22515</p>           | <p><b>கடலூர் (க.க.டி.)</b><br/>25 சூழி - 1 pm to 3 pm<br/>தலைநகர் கட்டிட. (பா. நி.மா.ச.டி.அ.டி.டி.)<br/>(உள். து.ச.சூழித் துறை)<br/>☎ : 04142 - 30787, 30717</p> | <p><b>விருதுநகர்</b><br/>25 சூழி - 2 pm to 3 pm<br/>தலைநகர் கட்டிட. (பா. நி.மா.ச.டி.அ.டி.டி.)<br/>(உள். து.ச.சூழித் துறை)<br/>☎ : 04148 - 22882, 24888</p> | <p><b>திருவாரூர் (க.க.டி.)</b><br/>25 சூழி - 3 pm to 5 pm<br/>தலைநகர் கட்டிட. (பா. நி.மா.ச.டி.அ.டி.டி.)<br/>(உள். து.ச.சூழித் துறை)<br/>☎ : 04175 - 22538</p>     |
| <p><b>சூர்மங்கலம்</b><br/>7 &amp; 25 சூழி - 10 am to 5 pm<br/>The South Indian Corpn. Ltd.,<br/>607, Tondur Road, Madhavaram (Chennai)<br/>☎ : 022 - 4011588</p> | <p><b>பெரும்பாளையம்</b><br/>25 சூழி - 11 am to 1 pm<br/>தலைநகர் கட்டிட. (பா. நி.மா.ச.டி.அ.டி.டி.)<br/>(உள். து.ச.சூழித் துறை)<br/>☎ : 04286 - 27641, 27729</p> | <p><b>ஒசூர்</b><br/>25 சூழி - 4 pm to 5 pm<br/>தலைநகர் கட்டிட. (பா. நி.மா.ச.டி.அ.டி.டி.)<br/>(உள். து.ச.சூழித் துறை)<br/>☎ : 04384 - 42888, 43221</p>            | <p><b>சேலம்</b><br/>125 சூழி - 11 am to 1 pm<br/>தலைநகர் கட்டிட. (பா. நி.மா.ச.டி.அ.டி.டி.)<br/>(உள். து.ச.சூழித் துறை)<br/>☎ : 0427 - 44233, 44833</p>     | <p><b>ச.சேலம்</b><br/>125 சூழி - 4 pm to 5 pm<br/>தலைநகர் கட்டிட. (பா. நி.மா.ச.டி.அ.டி.டி.)<br/>(உள். து.ச.சூழித் துறை)<br/>☎ : 0428 - 27641, 27729</p>           |
| <p><b>சேலம் (ப.ச.டி.)</b><br/>125 சூழி - 1 am to 1 pm<br/>தலைநகர் கட்டிட. (பா. நி.மா.ச.டி.அ.டி.டி.)<br/>(உள். து.ச.சூழித் துறை)<br/>☎ : 0422 - 30811, 30820</p>  | <p><b>மதுரை</b><br/>145 சூழி - 1 am to 1 pm<br/>தலைநகர் கட்டிட. (பா. நி.மா.ச.டி.அ.டி.டி.)<br/>(உள். து.ச.சூழித் துறை)<br/>☎ : 0452 - 743847</p>                | <p><b>தஞ்சாவூர்</b><br/>145 சூழி - 5 pm to 7 pm<br/>தலைநகர் கட்டிட. (பா. நி.மா.ச.டி.அ.டி.டி.)<br/>(உள். து.ச.சூழித் துறை)<br/>☎ : 04362 - 30271, 30822</p>       | <p><b>திருச்சி</b><br/>85 சூழி - 8 am to 11 am<br/>தலைநகர் கட்டிட. (பா. நி.மா.ச.டி.அ.டி.டி.)<br/>(உள். து.ச.சூழித் துறை)<br/>☎ : 0431 - 815545</p>         | <p><b>நாமக்கல்</b><br/>125 சூழி - 3 pm to 5 pm<br/>தலைநகர் கட்டிட. (பா. நி.மா.ச.டி.அ.டி.டி.)<br/>(உள். து.ச.சூழித் துறை)<br/>☎ : 04288 - 20453, 21238</p>         |
| <p><b>நெல்லை</b><br/>15 &amp; 185 சூழி - 10 am to 8 pm<br/>South Indian Hotel, 4071, Puthur<br/>Road, Madhavaram (Chennai)<br/>☎ : 011-8712126, 372881</p>       | <p><b>தூத்துக்குடி</b><br/>225 சூழி - 4 pm to 10 pm<br/>தலைநகர் கட்டிட. (பா. நி.மா.ச.டி.அ.டி.டி.)<br/>(உள். து.ச.சூழித் துறை)<br/>☎ : 04363 - 80228, 81473</p> | <p><b>திருப்பூர்</b><br/>225 சூழி - 3 pm to 3 pm<br/>தலைநகர் கட்டிட. (பா. நி.மா.ச.டி.அ.டி.டி.)<br/>(உள். து.ச.சூழித் துறை)<br/>☎ : 0421 - 740418</p>             | <p><b>உ.நெல்லை</b><br/>225 சூழி - 8 pm to 7 pm<br/>தலைநகர் கட்டிட. (பா. நி.மா.ச.டி.அ.டி.டி.)<br/>(உள். து.ச.சூழித் துறை)<br/>☎ : 04262 - 24382</p>         | <p><b>திருச்செங்கோடு</b><br/>225 சூழி - 8 pm to 11 pm<br/>தலைநகர் கட்டிட. (பா. நி.மா.ச.டி.அ.டி.டி.)<br/>(உள். து.ச.சூழித் துறை)<br/>☎ : 0421 - 427088, 427017</p> |
| <p><b>தூத்துக்குடி</b><br/>225 சூழி - 3 pm to 5 pm<br/>தலைநகர் கட்டிட. (பா. நி.மா.ச.டி.அ.டி.டி.)<br/>(உள். து.ச.சூழித் துறை)<br/>☎ : 0441 - 327780</p>           | <p><b>திருநெல்வேலி</b><br/>245 சூழி - 1 am to 1 pm<br/>தலைநகர் கட்டிட. (பா. நி.மா.ச.டி.அ.டி.டி.)<br/>(உள். து.ச.சூழித் துறை)<br/>☎ : 0452 - 353072</p>         | <p><b>நாகர்கோவில்</b><br/>245 சூழி - 3 pm to 3 pm<br/>தலைநகர் கட்டிட. (பா. நி.மா.ச.டி.அ.டி.டி.)<br/>(உள். து.ச.சூழித் துறை)<br/>☎ : 0452 - 38878</p>             | <p><b>விருதுநகர்</b><br/>25 சூழி - 8 am to 10 am<br/>தலைநகர் கட்டிட. (பா. நி.மா.ச.டி.அ.டி.டி.)<br/>(உள். து.ச.சூழித் துறை)<br/>☎ : 0452 - 43227</p>        | <p><b>கரூர்</b><br/>25 சூழி - 2 pm to 5 pm<br/>தலைநகர் கட்டிட. (பா. நி.மா.ச.டி.அ.டி.டி.)<br/>(உள். து.ச.சூழித் துறை)<br/>☎ : 0424 - 83743, 82883</p>              |

**தகவல் :** SUN, RAJ, VIJAY, DOTV உள்ளிட்ட சமூக சேவையாக பாளையங்கோட்டை தலைநிலையகம், டாக்டர் சின் முனியாசனம் மற்றும் 27 வகுட அறப்பல ஆரம்பக்கல் அடங்கிய "சனிய குகத்தின் பீகரி அத்தனும் தெய்வீக முயிசைகள்" இயற்றுக டீகரவுதரிகல் பெருமைகல், குழிசை டீகரவுதரிகல் அடங்கிய "மன்றம் இயைகல் கல்குல் இயற்கை உயைதரிகல்" என்ற இரு புத்தகத்தகவல் பதிவுத் தகவில்கல் பெற ரூ.130 - பெருமைகல் முயைசைகு D.D. அல்குது M.O. அனுப்பவதம்.

# Charulatha's

Saree Shop A/C

பெங்கால் காட்டன் தனியுலகம்  
பேன்சி சேலைகளும் கூட...



- ஜரி பாலுசேரி
- டசர் கான்தா
- டசர் எம்பிராபி
- முசிராபாத்
- பிரிண்டட் சில்க்
- ஜரி தங்காயில்
- ஜாம்தானி

- டாக்காய்
- தனியாகாலி
- அஸ்ஸாம் சில்க்
- NON-STARCH SAREES
- SILK-COTTON (New-Exclusive)

**தீபாவளி SALE**  
**10% தள்ளுபடி**

ஞாயிறுகளிலும் கடை உண்டு.

குக்கர் பரிசு + வெகுமதி  
+ சேமிப்பு திட்டம்

**Charulatha's** SAREE SHOP  
#10 (Old No.36), Rajahadhar Street,  
(Ratna Fan House Basement)  
(Lane Back-Side Naidu Hall)  
Pondy Bazaar, T. Nagar, Chennai - 17.  
Phone : 8212427, 8214972  
MASTERVISA/DINERS CARDS ACCEPTED  
Starching & Polishing of Sarees undertaken



**துலாம் ராசி :**

சித்திரை 3, 4 - ஆம்  
பாதங்கள், கவாதி, விசாகம் 1,  
2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

மாதத் தொடக்கத்தில்  
வாபாதிபதி சூரியன் தீசைப் பெற்று ஜென்ம  
ராசியில் சஞ்சாரம் செய்வதால் தந்த வறியில்  
விநோதங்கள் உண்டாகும். அரொங்கத்தால் சில  
தொலைவிலும் உண்டாகும். என்றாலும்  
ஜென்மராசியில் கக்கிரன், புதன் சஞ்சரிப்பது  
அநீத நன்மைகளை உண்டாக்கும்.

உத்தியோகஸ்தர்கள் உங்கள் விருப்பங்கள்  
நிறைவேறக் காண்பார்கள். அத்தனையும் மரியா  
தைகளும் உயரும். உயர் அதிகாரிகளின் ஆதர  
வைப் பெறுவதன் மூலம் சில சமூககளை  
அடைவீர்கள். தொழிற்பிரிவினர் உழைப்பிற்  
கேற்ற அளவு ஊதியத்தை எதிர்பார்க்க  
முடியாது மானம் மணிகளுக்கு கணம் பல  
வழிகளிலும் சிதறி கல்வியில் அக்கறை குறைபக்  
கூடும் விளையாட்டுப் போக்கைக் குறைத்துக்  
கொள்வது அவசியம்.

கவனஞ்செலுத்துப் போட்டிகள் ஓரளவு  
இருந்தாலும் தொடர்ந்து முயன்றால் சில புதிய  
வாய்ப்புகள் அமைவக்கூடும். விவாபாரம்  
சிதற்பாகவே நடைபெறும் என்பதால்  
விவாபாரிகள் கவலை தீங்கி இருக்கலாம். குடும்ப  
பத்திய சிக்கல்கள் எதுவும் ஏற்படாத அளவில்  
தாவாகத்தை நடத்திச் சென்று பெண்கள்  
தற்பெயர் பெறுவீர்கள்.

குடும்ப நிலையில் கணவன் - மனைவி  
மினடவே இருப்பதற்குமான போக்கு காணப்  
படும். கப விசேடங்கள் விருத்துகள் போன்ற  
வற்றில் கலந்து மகிழும் வாய்ப்புண்டு. பூமி,  
வாகனம் போன்றவற்றின் மூலம் சிலருக்குத்

இரண்டு பம் நக்கிய பூண்ட கொலவந்தி  
வித்தை வெட்டலுக்கு பதிகை கலந்து கமிட்  
சைப் போடுங்கள். சரணைப் பொருட்களால்  
வரும் சிக்கல்கள் ஏதுமின்றி கொகைல்  
விட்டு சிக்கலான முறை இது. பூண்டு  
வாசனையும் மிதவாகவே இருக்கும்.

- பத்மஜா சாமகோபாஸ்.



தலைவரவு ஏற்பட்ட இடமுண்டு. என்றாலும் அதிர்ஷ்ட வாய்ப்புகளை நம்பிப் பணத்தைச் செலவிடாதீர்கள் இரு குறும்பங்கள் உள்ளவர்கள் சில தொல்லைகளை எதிர்பார்க்க நேரும சாமாத்தியமாகவும் ஆண்டாலும் சமாளியுங்கள் அரசியல்வாதிகளின் தட்டி சில அலசரப் பிரச்சனைகளில் அனுபவமாக இருக்கும்.

நீங்கள் சனிக்கிழமைகளில் சரீஸ்வர பகவானுக்கு எளவானமை எதவேத்தியம் செய்து அதை உடல ஊனமுற்றவர்களுக்கு அல்லது ஏழை எளியவர்களுக்கு விநியோகம் செய்வதன் மூலம் உங்கள் கலாசைகள் நீங்கும். களிப்பு பிறக்கும்.

## விருச்சிக ராசி :

விசாகம் 4 - ஆம் பாதம், அனுஷம், கேட்டை.



இராகிதான செவ்வாய் கிரிதி வதானமாளி மூன்றாம் இடத்தில் சுஞ்சரிப்பதால் கெடுபலங்கள் பெறுமபாறும குன்றும். என்னாலும் குருவின் சுஞ்சாரம் சில தொல்லைகளையே தரக்கூடும்.

உத்தியோகஸ்தர்களுக்கு இடமற்றும் பதவி உயர்வு கிடைப்பதில் தடயகல்கள் ஏற்பட்டாலும் தொடர்ந்து முயற்சி செய்வதன் மூலம் வெற்றி கிடைக்க வாய்ப்புண்டு தொழிற்பிரிவினர் தயவு தொழில் முனவேதாரத்தைப் பெறுவதுடன் வருமானத்திலும் திருப்திகரமான நிலைப்பாடு காண்பீர்கள் கவையுலகங்களுக்கு மாத முற்பகுதியை விட மாதப் பிற்பகுதியில் புதிய வாய்ப்புகள் அமைந்து உற்சாகம் தரக்கூடும்.

மனவயமாசிகளுக்கு விவரணயாட்டு, பந்த வம் போட்டிகளில் கடுபாடு அதிகம் இருக்கு மாயிற்றும ஊதக் குறைந்ததில் கொண்டு கூலியில் தீவிர கவனம் செலுத்தவது அவசியம் வியாபாரம் தயவு முறையில் தடை பெறுவதன் காரணமாக வியாபாரிகளுக்கு இருபதி ஏற்படக்கூடும் என்றாலும் பொருள் களாமை கொள்முதல் செய்வதில் மிகுந்த கவனம் தேவை பெய்களுக்கு ஆனட ஆபரணச் சேர்க்கை களிப்பு தரக்கூடும். தவிர நீலக்கல அல்லது பச்சைக் கல் பதித்த பொய் நகைவை வாய்விட அணிந்து மகிழவும் சிலருக்கு வாய்ப்பு ஏற்படக்கூடும்.

குடும்ப நிலையில் கவனம் - மனைவி பிரிவினை கடும்கமான பொருக்கு தென்படும் கி. வ. கடந்த நாடுகளில் வசிக்கும் நண்பர் கி. வ. மிகுந்து தயவு தகவலைத் தாய்விட கடிதம் ஒன்று வரும் குடும்பத்தில் கப விசேடங்கள் குறித்த பேச்சு வார்த்தை தொடர்ந்து நடை பெறும் மனைப்பகுதி திறந்த ஊர் ஒன்றுக்குப் பயணம் சென்று வருவீர்கள் குழந்தைகளுக்கு மருத்துவச் செலவு ஏற்பட்ட இடமுண்டு. அநக



ஹசினாஸ்  
ஆயுர்வேதிக் /  
தொர்பல் ப்யூட்டி  
பார்லர் A/C

இந்தியன் இன்ஸ்டிடியூஷன்  
ஆஃப் ப்யூட்டி தெரபி

(தமிழக அரசின் அங்கீகாரம் பெற்றது)

அனைத்து விதமான ப்யூட்டிங் மேக்-அபுட் மற்றும் தாய்லாந்து, அநக சான்றிதழ், வேலை வாய்ப்பு (இந்தியா மற்றும் வெளிநாடு) கைசென்ஸ் மற்றும் மேக்-அபுட்ஸ் அளிக்கப்படும்.

சிறப்பு அம்சங்கள் :

1. மனப்பெண் அவதாரம்
2. உடல் இளைத்தல்
3. ப்ராக்டிபிங் & டெய்லிபிங்
4. கருகம் நீக்குதல்
5. ஸ்ட்ரெட்ச் மார்க்ஸ் ட்ரிட்மென்ட்ஸ்
6. 100 விதமான நோர்-ஸ்கைட்
7. 50 விதமான மேய்மென்ட்ஸ்
8. ஆயுர்வேத முறையில் உடல் இளைத்தல்
9. நோர் கட்டல்
10. முடி கொட்டுதலை தடுத்தல்
11. மரு. பரு நீக்குதல்
12. ப்ராக்டிபிங் ட்ரிட்மென்ட்

(முந்திலும் இரவையம் சுற்ற முறையில் தயவு நேரித டாக்டர்ஸ் மற்றும் ப்யூட்டிங் வன்சு மூலம் எய்க்ஸிட்ஸ் வந்து நீங்கும் அழகம் ஆகையினால்)

ஹசினாஸ் ஆயுர்வேதிக் கிளினிக் / ட்ரிட்மென்ட் சென்டர்

உடம்பு வலி நீங்கி தயவு மென்மைபான சிறந்த சூழல் பெற, ஒண்டாணவர்கள் இளைக்க, ட்ரிட்மென்ட்ஸ், ஆஃப்-டீட்டர்ஸ், பெய்ஸஸ் என்று அனைத்து விதமான வியாதிகளுக்கும் ட்ரிட்மென்ட் அளிக்கப்படும்.

Special Courses on Ayurvedic Beauty Therapy Conducted

DOCTOR CONSULTING HOURS :  
10.30 A.M. TO 7.00 P.M.

Attention Beauticians!

For all Beauty Parlours Imported & Indian equipment, facial beds, chairs, Cosmetics & creams Ayurvedic Products available.  
Contact : 844 2970

Hurry up for a Special Discount Offer

M.HAZEENA SYED, B.B.A.,

A.D.C.S., A.D.NAT., M.D.-A.M. இவர்களுக்கு

6. கயிதாட்டில் சரவ. டிபிசினிசன்,

(கவையி சிவா சதிரி சேரு) சென்னை - 11,

பேக் . 8442970, 8443165, 98400-34672

Working Hours: Week Days 10.00 to 6.30 p.m.

Sunday - 11.00 to 4.00 p.m.

FREE

Cut and bring this Coupon to avail free Ayurvedic Pack (after facial)

வழியில் சில அலுவலர்கள் ஏற்பட இட முண்டு பெரியவர்களின் ஆலோசனைகளைப் பெற்று நடப்பது நலம். பழைய மனிதர்கள் சிலர் பொறுமை கொள்வார்கள். எனிலும் அது உங்களைப் பாதிக்காது. கவலை வேண்டாம். வாகனம் பழுதுபார்ப்புச் செலவு நேரக்கூடும்.

தங்கள் முருகப்பெருமானுக்கு செவ்வாய்க் கிழமை தோறும் சிவப்பு மலர் தூவி வழிபட்டு வாரங்கள். உங்கள் சிரமங்கள் குறையும். செழிப்பு ஏற்படும்.



### தனுசு ராசி :

ரூபம், பூசாடம், சுத்தி சாடம் 1 - ஆம் பாதம்.

இராசிதான் குரு வர்சம் பெற்று சஞ்சரிப்பதால் எதி ளும் உருதல் கவனம் தேவை. பாக்காதிபதி சூரியனும் மாத ஆரம்பத்தில் நீச்சல் பெறுவதும் சிறப்பானதிருக்கல. என் னாலும் ஆட்சி பெறும் ககிரன் தொல்லை களைபெயல்வாம் விவகரி உங்களுக்குப் பெரும் துணையாக இருப்பார்.

உத்தியோகஸ்தர்களுக்கு இடமாற்றம், பதவி உயர்வு போன்ற தற்பலன்கள் அமைபும். தொழிற்சாலைகளுக்கு இதுவரை இருந்த சங்கடங்கள் விலகி வளர்ச்சி நிலை களையும். கூட்டாளிகள் பெருமளவில் ஒத்துழைப்பது உங் களுக்கு உறுதுணையாக விளங்கும். கவன ஈரிகள் பெறக்கூடிய சில புதிய வாய்ப்புகள் பொருளாதார நிலையில் முன்னேறும் ஏற்பட. உதவிகரமாக இருக்காது.

விவாபாளிகள் மகிழ்ச்சியடைவக்கூடிய வகையில் விவாபாரம் சிறப்பாக ஊடபெறும். பணப்புழக்கத்திற்குக் குறைவிராது. மாதப் பிற்பகுதியில் சில தான் மட்டும் விவாபாரம் ஏற்ற இறக்கமாகக் காணப்பட்டு பிறகு சீரான நிலை ஏற்படும். விருத்தினர் வருகையால்

செலவு உருமாவினும் பெண்கள் அனாதச் சமாச்சித்து தற்பெயர் பெறுவார்கள்.

குருப்ப நிலையில் கணவன் - மனைவி விடைபெ குறுகலுமான போக்கு காணப்படும். விருத்தினர் வருகையால் செலவுகள் உருதானா கு மாவினும் சப விசேடங்களைப் பற்றிய பேச்சு வார்த்தை தொடங்க உதவும். நண்பர்கள் எந் நேரமும் சுதரிச் சுதரி வருவார்கள். அடிக்கடி ஞாபகமற்றி தொல்லை தரக்கூடும். புத்திர வழியில் சிக்கங்கள் உண்டாக இடமுண்டு. சில ருக்கு திடீர் திருமண யோகம் ஏற்படக்கூடும். கணவன் - மனைவியிடையே சிறு சச்சரவு தோன்றி மறையும். உடல்நலத்தில் அக்கறை செலுத்த வேண்டியது அவசியம் புதித னாக துணிமளிகள் வாங்கி மகிழ்வார்கள்.

தங்கள் தினமும் சிவபுராணம் டபுத்து வருவதுடன் பிரதோஷ நாளில் சிவபெரு மானுக்கு வேண்டிய அபிஷேகப் பொருள் களை வாங்கித் தந்து வழிபட்டு வருவதன் மூலம் உங்கள் கஷ்டங்கள் விலகும் எனப்பு பொவரும்.

### மகர ராசி :

உத்திராடம் 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், திருமோனம், அவிட்டம் 1, 2 - ஆம் பாதக் கள்.



அக்டமாதிபதி சூரியன் நீச்சலடைந்து பத்தாம் இடத்தில் சஞ்சாரம் செய்வதால் தொழிலில் அதிக கவனம் செலுத்த நேரலாம். கூடக்கு திசையில்லுத்து தலை தகையம் டுன்று வந்து செரும் எதிலும் நிதானமாகச் செயல்பட வேண்டும்.

உத்தியோகஸ்தர்களுக்கு அலுவலகம் சம்பந்தமாக தற்பலன்கள் எழவும் அபாவதந் திவ்வை. மேலும் அலுவலகத்தில் உங்களுக்கு எதிர்ப்பு வந்து வரக்கூடும். எல்லாநாடும் பணிவாகவும் அனுசரணையாகவும் நடந்து

குழந்தையை சம்மர் கேம்பில் சேர்த்தது பற்றி வேதனையுடன் ஒரு வாசலி குறிப்பிட்டிருந்தார். சம்மர் வகுப்புக்களும், திரந்தர தல்விவாழ்க்கை, Moral Teaching வகுப்புக்களும், "பாலவிகாஸ்" என்ற பெயரில் ஸ்ரீ சத்யசாய திருவணத்தின் கீழ் இயல்பி வகுத்தது. சென்னை போன்ற மொகா நகரங்களில் இவ் வகுப்புக்களுக்குக் குறைவேயில்லை. வாரம் ஒரு தான் வகுப்பு. 1 மணி (அ) 1½ மணி நேரம்.

இங்கு குழந்தைகளுக்கு காவல எழுந்தது முதல் இரவு படுக்கும் வரை செயல் வேண்டிய பணிக்குத், இயற்கையுடன் இணைந்த, வீட்டில் நம் தாத்தா பாட்டிகள் நமக்குச் சொல்லிக் கொடுத்த பாணியில் அன்பு யின்றி ஸ்ரீசத்ய சாயப்பாஸின் அருளாசியுடன் குழமர்கள் வகுப்புக்களை எந்தவிதக் கட்டணமும் இன்றி, ஐந்திந்த, ஏமாழி பெதுயின்றி நடத்துகின்றனர்.





முன்று வயது முதல் குழந்தைகள் இங்கு அனுமதிக்கப்படுகின்றனர். (2) வரை.

அடோலஸன்ஸ் வயதில் குழந்தைகள் நிலைகுமாறாது, நாம் எதிர்நோக்கும் நற்பண்புகளுடன் பெற்றோரைப் பேணிக் காப்போராக மாறும் குழந்தைகளை இங்கு காணலாம். பரிசுதயசாய் சேலா சமீதிகள் உள்ள அணைத்து ஊர்களிலும் இந்த பாலவிகாஸ் வகுப்புக்கள் உள்ளன. பணத்தை எண்ணாமல் பரமனின் சேவையாகச் செய்யப்படும், இவ் வகுப்புகளைத் தேடி உங்கள் குழந்தைகளை அனுப்புங்கள்.

சென்னையில் -

"சுத்தரம்" - இங்கு சென்று எந்த ஏரியாவில் பாலவிகாஸ் வகுப்புக்கள் உள்ளன என்று கேட்டு சென்னைலாகிகள் தம் வசதிக் கேற்ற இடத்தைத் தேர்ந்தெடுத்துக் குழந்தைகளை அனுத்துச் செல்ல லாம்.



- இ. இராஜேஸ்வரி.

கொள்ள முயலுங்கள் தொழிற்பிரிவினர் படிப்படியான முன்னேற்றத்தைப் பெறுவ துடன் வருமானமும் திருப்தியும் இருக்கக் காண்பீர்கள். மாணவமணிகள் கறுகறுப்பாக வும் சோர்வாகவும் மாத முற்பகுதியில் மாறி மாறி இருந்து வந்தாலும் மாதப் பிற்பகுதியில் மிகுந்த ஆர்வத்துடன் படிப்பில் அகலாந் டாட்டத் தொடர்வி விடுவீர்கள்.

காலவாரங்கள் புதிய வாய்ப்புகளைப் பற்றிக் கவனலப்படாமல் கைவசம் உள்ள வாய்ப்பு களில் முழுக் கவனத்தைச் செலுத்தி வாருங்கள். சிரமங்கள் எதுவும் நேர வாய்ப்பில்லை. கவனல வேண்டாம் வியாபாரிகள் முழுத் திருப்தி வடைப வழியில்லை ஏனெனில் வியாபாரம் மந்த நிலைவிலேயே காணப்படும். மாதப் பிற்பகுதியில் சற்றே முன்னேற்றத்தைக் காண முடியும் குடும்பத்தினுள்ளவர்களைத் தவிர வெளியில் உள்ளவர்களாலும் பாராட்டப்படு வதால் பெண்கள் களிப்பில் இளைப்பீர்கள்.

குடும்ப நிலையில் கவனல - மனைவி வீர்படியே இணக்கமான போக்கு இருந்து வரும் விரோதித்துக் கொண்டு விவகிச சென்றவர்கள் இப்போது விரும்பித் தேடி வருவார்கள் அரசு வழியில் சில அனுகூலங்கள் ஏற்பட வழியுண்டு பணம் கொடுக்கல் வரங்கலில் உங்கள் வாக் குறுநிலைக் காப்பாற்றுவது சிரமமாகத் தோன் றும். பூமி, பொருள், கட்டடம் போன்றவற்றில் முதலிடு செய்யும் பொகம் சிலருக்கு அளமயக் கூடும் ஆலய தரிசனம் அளமயம். மேலும் அடிக்கடி பயணங்களை மேற்கொள்ள நேரும் சுகோதர வழியில் மனக்கசப்புளை ஏற்பட நேரலாம். உடல்நலத்தில் சிறு குறை தோன்றி உடல் மறைமும்.

தீங்கள் சங்கடஹர சதுர்த்தி நாளில் விநாயகப் பெருமானுக்குத் தேவையான அபி ஷேகப் பொருள்களை வாங்கித் தந்து வணக்கு

வதன் மூலம் உங்கள் சிக்கல்கள் நீங்கும். செழிப்பு ஏற்படும்.

**கும்ப ராசி :**

அகிட்டம் 3, 4 - ஆம் மாதங்கள், சதயம், பூரட்டாதி 1, 2, 3 - ஆம் மாதங்கள் இராசிநாதன் சனி வகரம்



பெற்று, ஏழுக்குடைப ருது நீசம் பெற்று சஞ் சரிப்பது திருப்திகரமான அளமப்பாகாது என்பதால் எதிலும் நிதாளமாகச் செயல் படுவது நல்வது.

உத்தியோகஸ்தர்கள் எதிர்பார்க்கும் இட மாறும் இப்போது ிடைக்கிடும் எண்ணலும் பதவி உயர்வு பிரச்சனையில் தாமதம் ஏற்பட்டு தள்ளிப் போகவே தேரும். பொறுமையாய் இருப்பது அவசியம். தொழிற்பிரிவினர் மாத முற்பகுதியில் உற்சாகம் இழக்கக்கூடிய நிலை யில் இருத்தாலும் மாதப் பிற்பகுதியில் நல்ல முன்னேற்றத்தைக் காண்பீர்கள் வாகனங் களைக் கொண்டு தொழில் நடத்துவோர் திருப்தியான வருவாயைப் பெற வழியுண்டு. மாணவமணிகள் பாடங்கலில் ஆழ்ந்த ஈடுபாடு கொண்டு கறுகறுப்பாய்ச் செயல்பட்டு வருவீர்கள்.

வியாபாரிகள் முன்னேற்றமான சூழ்திலை யைக் காண முடியும் குறிப்பாக கறுப்பு நிறப் பொருள்கள் கணிசமான வாகத்தைத் தரக் கூடும். கனவருகளுக்கு அளமயக்கூடிய ஓரிரு புதிய வாய்ப்புகள் வரும்படி உயர்வுக்கு உதவும் என்று சொல்வதற்கில்லை. பெண்களுக்குக் குடும்ப தீர்வாகத்தில் சிறு தொல்லை ஏற்பட் டாலும் சாமர்த்தியமாகச் சமாளித்து நற்பெயர் பெறும் நிலை உண்டு என்றாலும் உடல்நலக் கோளாறு சிரமம் தரலாம். சிறு சிசிக்கலின் பிறகு சரியாகி விடும்.

குடும்ப நிலையில் கணவன் - மனைவி விடையே சலசலப்பும் சலசலப்பும் நிறைந்தே காணப்படும். தந்தை வழியிலும் புத்திர வழியிலும் கவலை ஏற்பட இடமுண்டு. எளிதும் புண்ணிய ஸ்தலப் பயணத்தின் மூலம் மன அமைதி பெறக்கூடும். குடும்பப் பிரச்சனைகளில் அதிக அக்கறை செலுத்துவதும் பிரச்சனைகளில் விட்டுக் கொடுத்துப் போவதும் அவசியம். பரிசுர பூனைகள் செய்வதன் மூலம் பயனுண்டு தூரத்திலிருந்து தல் தலம் அடங்கிய கடிதம் ஒன்று வரும். சிலர் காதல் திருமண வாய்ப்பு கைகூடப் பெறுவார்கள். பத்திரிகைத் துறையினர், எழுத்துத் துறையினர் கூடுதல் முன்னேற்றம் காண முடியும்.

தீங்கள் சனிக்கிழமைகளில் சனீஸ்வர பகவானுக்கு தீபமெற்றி வணங்கி வருவதும் தினமும் உங்கள் கையால் காகத்துக்கு ஒரு கைப்பிடி சாதம் வைத்து வருவதும் உங்கள் துன்பங்களைப் போக்கி இவ்விய தல்வாழ்வை ஏற்படுத்தும்.



**மீனம் ராசி :**

பூட்டாதி - ஆம் பாதம், உத்திரட்டாதி, ரேவதி.

இராசிக்கு பதினொன்றாம் இடத்தில் சகசுரைய செவ்வாய் உச்சம் பெறுவதால் பெரும்பாலும் தன்மைகளை எதிர்பார்க்கலாம். என்றாலும் எட்டாம் இடத்தில் சூரியன், பூன் சோத்து சஞ்சரிப்பது திருப்பியான அமைப்பாகாது.

உத்திரோகஸ்தர்கள் இடமாற்றம், பதவி உயர்வு போன்ற பிரச்சனைகளில் தற்பலன் காணப் பெறக்கூடிய வாய்ப்புண்டு. எல்லாமே சுமுகமாய் முடியும். தொழிற்பிரியினர் சங்கடங்கள் நீங்கி சத்தோஷத்தைக் காண முடியும். கணவன்களின் நிறைமக்கேற்ற சில

வாய்ப்புகள் அமைப்புகளும் பொருளாதார நிலையும் திருப்தி தரும்.

விவாபாரம் தல்வ முறையில் அமைக்கும். ஆயினும் வேலைவாட்களின் தொல்லை விவாபாரிகளுக்குக் கவலை தரக்கூடும். சாமாத்தியமாகச் சமாளித்து தீர்வு காண்பது அவசியம். மாணவமணிகள் வினாடாட்டுப் போக்கினராக இல்லாமல் பாடங்களில் அதிக அக்கறை கொண்டு படித்து வருவது அவசியம். மாது பிறபகுதியில் முன்னணியில் திகழும் நிலை காணப்படும். குடும்ப தீர்வாகத் துறைசொல்ல முடியாத நிலையில் காணப்படுகிறதென்றால் பெண்ணை அதற்குப் பொறுப்பு.

குடும்ப நிலையில் கணவன் - மனைவி விடையே சுமுகமான போக்கு நிலவி வரும். மனை அல்லது மகள் ஒரு சிக்கலை உச்சடாக் கக்கடும் என்றாலும் அது தானாகவே திவர்த்தியாகி விடும். வயிற்று வலி சிலநேரத் தொல்லை தரக்கூடும். காது வலியால் சிலர் அவதிப்பட நேரும். எளிதும் சிறு குறைகள் தான் என்பதால் பயப்பட வேண்டியதிருக்கா. உபதிகழ்ச்சிகள் குறித்த கடிதங்கள் வருவது. விருந்துகளில் கலந்து மகிழ்வது எல்லாம் உற்சாகத்தை ஊட்டுவதாகும். செயற்கரிய செயல்களைச் செயது சாதனை படைக்கும் நிலை சிலருக்கு உண்டு. அரசாங்கம் மூலம் சில அனுகூலங்கள் சிலருக்கு ஏற்பட இடமுண்டு. கைவிட்டுப் போன பொருள் சிலருக்குத் திரும்பக் கிடைக்கும். இது அடமானம் வைத்த பொருளாகக் கூட இருக்கலாம்.

தீங்கள் தினமும் தவறாமல் தவக்கிரகம் கணைத் தொழுது வருவதும், கோனறு டிபிக்ம் பாடலைப் படித்து வருவதும் உங்கள் சிக்கல்கள் யாவற்றையும் போக்கி களிச்சுதாந ஏற்படுத்தும்.

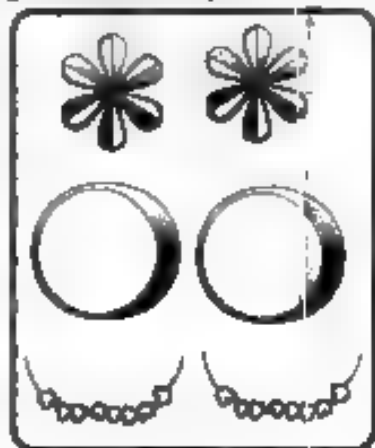
— ஸ்வாமி கண்ணன்பட்டாச்சார்யா

இமிட்டேஷன் நகைச்சுவை நம்மைப் பாதுகாக்க...  
இமிட்டேஷன் தோடுகள், வளைவளிகள் போன்ற வற்றை வாங்கியவுடன் அதன் மீது முழுவதுமாக டிரான்ஸ்லரன்ட் ஹெலிஸ் டைக்ஸ் (நெக்கர்ஸ் கலர்) பூசிக் காய்விடுங்கள்.

எத்தனை முறை அணிந்தாலும் புதுப்பொகிவு குறையாது!

இமிட்டேஷன் நகைச்சுவை அணிவதும் ஏற்பாது!

- உஷா



மக்களின் இதயமாளிகையில்  
மங்களம் & மங்களம் தங்க மாளிகை.

International  
916 KDM  
Standards

இணையற்ற டிசைன்!  
ரல்லையில்லா இவையா!!

**மங்களம் & மங்களம்**  
**தங்க நகை வாங்குவது சிறந்தது ஏன்?**

916 KDM தங்க நகைகளை தனி வேறு  
நகைகளை நாங்கள் விற்பனை செய்வது இல்லை.

உடனுக்குடன் உங்கள் ஆர்டர்களை பதிவு செய்து  
தயார் செய்ய தேரடிவரை நகை தயாரிப்பாளர்கள்..

எங்கள் 916 KDM தங்க நகைகள் அதிகதரகட்டும்  
பாட்டுக்கு உட்பட்டது உத்தரவாதம் உள்ளது.

எங்களிடம் வாங்கும் தங்கநகைகள் மறு  
விற்பனைக்கு வரும்பொழுது உருக்கு சேதாம்  
கழிக்கபடமாட்டாது. அன்றைய மார்க்கெட்  
விலைக்கே வாங்கிக் கொள்வோம் என்ற  
உத்தரவாதமுடன் விற்பனை செய்கிறோம்

- 916 KDM  
தங்க நகைகள்
- வெள்ளி  
சூபரணங்கள்
- குபி, எம்ரால்ட், De Beers  
வைர நகைகள்
- ஒரிஜினல்  
ராசிகற்கள்.

தரம் நாடுவோர் தவறாமல் நாடுவது  
A 100% 916 KDM SHOP

**மங்களம் & மங்களம்**

மாபெரும் தங்க மாளிகை A/c கிட்டி, வடபுதன்  
25, என்.எஸ்.பி.ரோடு, திருச்சி-2. போன்: 702324.

Estd : 2001

**SVT**

Ph : 0422 - 4942

## SREE VASUNDRA TEXTILES

**ஸ்ரீ வசுந்தரா டெக்ஸ்டைல்ஸ்**

SVFC காம்பளைக்ஸ்-இரண்டாவது மாடி,

207, லாக்டர் ராஜேந்திரபிரசாத் ரோடு, (100 அடி ரோடு)

11-வது வீதி, லாடாபாத், கோயமுத்தூர் - 641 012.

**குடும்பத்துடன் வாங்கி மகிழ்ந்திட SVFC-யின் இருபது வரு  
தம்பிக்கையின் உத்தரவாதத்துடன் புதிய ஜவுளி ஷோரூம்**

**பெண்களுக்குத் தேவையான காட்டன் மற்றும் சிந்தழிக் சேவலை  
கடிதார் துணி சகலகம் அனைத்தும் நியாயமான விலையில்  
தேர்வு செய்ய ஒரே இடம்**

**ஸ்ரீ வெங்கடேசப்பெருமாள் பைனான்சிங் கார்ப்பரேஷ  
(SVFC)-ன் சார்பு நிறுவனம்**

**வாடிக்கையாளர்களுக்கு தீபாவளி நல்வாழ்த்துக்கள்**

**SALE!**

**UPTO  
30% OFF**

**இன்றைய தவநாகரிக  
பெண்களுக்கான  
அணிகலன்கள்**

**SALE!**

**SURPRISE OFFER!**

**On Every Purchase Rs.2000/- &  
Above, Get One Pair Bangles Free  
of Cost (One Gram Gold)  
Except gold and pure silver**

DEALERS IN : ரூபாய் நகைகள் (Black, Pink, White,  
Round, Mikimoto, Oval, Button, Rice) REAL ITALIAN  
CORELS (Round, Oval, Pink, Thali, Flowers, Tubes) CHINA  
JADE MALAS, REAL RUBY, EMERALD, SAFFIRE, CUT  
AND ROUND MALAS, நகைத்தின் கற்கள் மற்றும் மாணிக்கம்,  
பிறந்த நாள் டாசி கற்கள். AMERICAN DIAMOND SILVER  
JEWELLERY (Bangles, Ties, Rings, Necklace Sets, Pendant Sets, Choker,  
Brace Lets, Ranihar Sets, Shaphaw Sets, Lady Hairpins) GOLD RUBY, EM-  
ERALD NECKLACE SETS, ONE GRAM AND TWO GRAMS GOLD  
BANGLES, ANTIQUE IMPORTED 40 COLOUR BLUES, PEARLS AND  
GEM WATCHES, SEMI-PRECIOUS STONE MALAS (Garnet, Jade)



**★ Bring this paper visit our showroom collect one real pearl at free of cost without Purchase ★**

**OM**

**SRI LAXMI MUTHU MAALIGAI**

**SAI**

**115, KASI ARCADE**

(Next to GRT Grand Days Hotel)

**116, PONDY BAZAAR, T. NAGAR, CHENNAI - 17.**

**PHONE : 8220858, 8229020**

**RAM**

**ANAND JEWELLERS**

**171, Usman Road,**

**T. Nagar, CHENNAI - 17**

**Phone : 8144439, 8140907**

**Shop Open on all Sundays**

**All Credit Cards Accepted**



**பள்ளிகள், கல்லூரிகள் திறந்த பின்** வரும் ராஜிவ் தொல்லை தற்போது அறவே ஒழிக்கப்பட்டது என்றே சொன்னாலும், பெண் குழந்தைகள், பெண் இனம் படும் தொல்லைகள், ரல் டைபிங், பாலியல் வன்முறை இன்னும் தொடரதது எனச் சொல்கிறது. படித்தவர்கள் அதிகம் உணர் கண்டவியாதமரியில் இது இன்னும் அதிகமாக இருப்பதைக் காண்கிறோம்.

ராஜிவ் செய்தால் பள்ளியில், கல்லூரியில் இருந்து முகவியை அதுனால் ரல் டைபிங் செய்தால் என்ன? என்று பள்ளி, கல்லூரி மாணவர்கள் இப்படிப்பட்ட ரல் டைபிங்கை பொழுது போக்காகக் செய்க. பின் விளைவுகள் அதிகமாகும் போது, விளைவாகி விடுகிறது இதனால் இந்த ரல் டைபிங், ராஜிவ்ளைப் போலக் கடுமையாக தண்டிக்கப்பட வேண்டும் என்ற நிலையைத் தோற்றுவித்துள்ளது.

ஒரு 'நாவரச' இறந்த பின், இரும்புக் கரம் கொண்டு தடுக்கப்பட்ட ராஜிவ், பல 'சரிகாஷா'களின் மரணத்திற்குப் பின்பும் தடுக்கப் படவில்லை. என் பதைப் பாரக் கு ம்



# ஒன் 'ஜின்'கூட அடக்குகிறது!..



போது இதுவும் தென்னடர் ப்ராபன்ட்' என்றே தோன்றுகிறது. அல்லவா! திருச்சியில் ஆண், பெண் கல்லூரிகளில் "ரல் டைபிங் தடுப்பு விழா" நடத்திய பிறகு, தமிழகத்தில் பரவலாக நடந்து வரும் காவலர்களதுக்கான மற்ற அரசு அலுவலகம், துவிவார் தொழில் துறையில் உள்ளவர்களுக்காக பாலியல் கூர் உணர்வு (கோன் சேஷ்க்ஷிண) முகாம்களில் பங்கேற்று, இந்த ஆண் பெண் பாலுபாடு பற்றி எடுத்துச் சொல்ல வாய்ப்புகள் கிடைத்தன ஆகலாம், 'தென்னடர் சேஷ்க்ஷிண' என்றால் என்ன?

திகக்கின் வளர்ச்சிக்கு மிக மிக முக்கியமான குரோமோசோம்களில், செல் வளர்ச்சிக்கு, விவேகத்திற்கு, முதவிடங்கள் கொடுக்கப்பட்டு உள்ளன என்பதனைக் கூடத் திவ்

மாத இதழ்களில் தெளிவு படுத்தி உள்ளேன்! வது - கூடகின் முகவியை வளர்ச்சிக் காக பாடுபடும் ஜீன்கள் உள்ள குரோமோசோம். வது குரோமோசோம் ஞானத்தைக் கொடுக்கிறது. ஏழாவது உள் உணர்வைத் தூண்டுகிறது என்று கூறி வுள்ளேன் இந்த வரிசை யில் 7வது குரோமோசோம் அடுத்து பெரிய அளவுள்ள 'X' குரோமோசோம் அடுத்த வரிசையில் நில்லாது கடைசி வரிசைக்குத் தன் னப்பட்டு "23"வது வரிசை யில் வைக்கப்பட்டுள்ளது.

இந்த "X" இரண்டு சேர்ந்த நிலையில் (XX)

**டாக்டர்.  
ஜெயம்  
கண்ணன்**

## அதிர்ஷ்டக் கற்கள் மூலம் பிரச்சினைகளைத் தீர்த்துக் கொள்ளுங்கள்

உங்களுக்கொரு அதிர்ஷ்டமான வாய்ப்பு! ஆகஸ்ட் 1-ஆவதி 2002 முதல் மாதத் தொடர்பும் 11 தங்களுக்கு அதிர்ஷ்ட மிகைகள் ஒவ்வொரு 300 வடிக்கையாளர்களில் 5 தங்களுக்கு குறைந்தபட்சம் ரூ. 3000 அதிர்ஷ்டம் ரூ. 5000 மதிப்புமிக்க அதிர்ஷ்டக் கற்கள் திரைவரை.

கவரம், மானிக்கம், மடிதடி, தீயம், கண்புடிப்பாடம், முத்து, பலகம், கோமேதகம், காவரோயம் (அனைத்தும் ஒரேஜினம்) போன்ற வகைகளில் அதிர்ஷ்ட கல் (கவரம் உட்பட) திரைவரை கிடைக்கும் அரிய வாய்ப்பு.

தீய்கள் செய்வு வேண்டியதெல்லாம் 1) உங்களுடைய ஜாதக ஜென்கள் அல்லது பிரபந்த ரேதி/ரேதம்/ஜிடம் ஆகிய தகவல் களுடன், 2) ஆவோசனை உடனாம் ரூ. 250 (பேரி ஜாதகத்திற்கு) பணம்/D.D./M.O. 3) ரூ. 10 மதிப்புள்ள கவரோயம்/ஜிடம் தகவல், 4) உங்களுடைய பிரச்சினை சம்பந்தப்பட்ட 2 ரெண்டிகள் ஆகியவற்றை எங்களுக்கு அனுப்பி வைக்கவும். தாய்கள் உங்கள் ஜாதகத்தை ஆராய்ந்து, தீய்கள் அளிய வேண்டிய வசிக் கணை தேர்ந்தெடுத்து, அந்த வசிகை சம்பந்தப்பட்ட குழுவிலேத்தையும், ரெண்டிகளை பதினையும் உங்களுக்கு அனுப்பி வைக்கின்றோம். அதிர்ஷ்ட சாலிகள் தொடரும் மாதத்தின் முதல் வாரத்தில் தேர்ந்தெடுக்கப்படுவார்கள். தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட அதிர்ஷ்ட சாலிகள் தயார் மூலம் தெரிவிக்கப்படுவார்கள்.

உங்களுடைய ஜாதக விவரங்கள் மாத இறுதிக்குள் எங்களுக்கு வந்து சேர வேண்டும். தாமதமாக வரும் தயார்களின் வடிக்கையாளர்கள் அடுத்த மாத குறுக்கையில் தேர்தலும் கொண்டாடுவார்கள்.

வருங்கள்!

அதிர்ஷ்டசாலி ஆளுங்கள்!

தேரில் அல்லது தயார் மூலம் தொடர்பு

மெர்ன வேண்டிய முகவரி :

# PADMASHRI



## GEMS



GEM-MERCHANTS JEWELLERS  
ASTRO-GEMMOLOGISTS VALUERS

53-A, North Uman Road, Opp. Arund Towers,  
Near Panagal Park Petrol Bunk,  
T. Nagar, Chennai - 17. Ph: 823 4060, 822 6128

Draw will be held for every 300 Horoscopes

பெண் உருவாகிறான். ஒரு "X" உடன் ஒரு சிதைய மிகச் சிதைய குரோமோசோம் "Y" சேர்த்து (XY) ஆண் உருவாகிறான். எப்படி இந்த இரண்டும் சேர்த்துள் என்பது புரியாத புதிராகவே உள்ளது.

100 மில்லியன் வருடங்களுக்கு முன்னர் இந்த "Y" குரோமோசோம், X அடைய இருந்தது. பின்னர் காலப்போக்கில் சிறுத்து விட்டது என்பது ஆராய்ச்சியாளர்கள் வாதம். இந்த "Y" குரோமோசோமின் பல பகுதிகளில் குறிப்பிடத்தக்க ஜீன்கள் இல்லாது, வெற்றிடமாகவே உள்ளது. இந்த வெற்றிடங்கள் தாளா வட்டத்தில் சுழிவுபட்டு, பட்டு, இந்த சிறுத்த நிலை ஏற்பட்டு இருக்கிறது.

பெண்ணில் உள்ள "XX" க் தாயிடம் இருந்து ஒரு "X" தந்தாயிடம் இருந்து ஒரு "X" வரும். இவற்றில் தாயிடம் இருந்து வரும் "X" பூரண "X" ஆதிக்கம் உள்ளது. ஆணிலிருந்து வரும் உருவத்தில் "X" சம அளவில் இருப்பினும் ஜீன்கள் அளவில் மிகவும் குறைவு நிலையே உள்ளதால் செல்கள் முனையிய உருண்டு, ஒதுங்கி, "Barr's" ஆக இருக்கிறது. இதனைத்தான் "BARR BODY" என்று சொல்லப்படுகிறது. பெண்ணின் "X" உடன் "DAX" எனப்படும் ஜீன்கள் சம அளவில் உருவாகி உருத்தல வேண்டும். அப்போதுதான் பெண் சரியாக வளர முடிகிறது.

ஆணில் உள்ள "XY" க் "X" தாயிடம் இருந்தும் "Y" தந்தாயிடம் இருந்தும் பெறப்படு



அப்போதுதான் அரைத்த தோஷை அவை உடனே தோஷை வாரக்க கொஞ்சம் மோர் அவை புரிந்த மோர் சேர்ப்போம். அவை இல்லாதபட்சத்தில் பழைய சாதத்து தரை விட்டு தோஷை வார்த்துப் பாருங்கள். மறுதான் வார்த்தும் தோஷையைய விட பரதாதைய இருக்கும். ஐயப்பே! பழைய சாதத்து தோஷை? என்று கேட்பவர்கள் இனி அந்த தோஷை கொட்டவே மாட்டார்கள். உடம்புக்கும் இது சத்துதான்!

- எஸ். கருவதி கவாய்நாதன்.

கிறது. "Y" உள்ள "SRY" என்ற ஜீன்கள் குழந்தை தாயின் கருவில் உருவாகும் போதே ஆண் குழந்தையாக உருவாக்க வேண்டிய முயற்சிகளை எடுக்கிறது. இதனைத் தவிர இந்த Yயின் குறிப்பிடும்படியான வேலைகள் எதுவும் இன்னும் தெரியவில்லை. இந்த "SRY" ஜீன், "X"ன் "DAX" ஜீனை அடக்கி விட்டு நன் வேலையைத் துவங்குகிறது.

உயிர் இயங்குதல் எல்லாவற்றிலும் இந்த "XY" "DAX & SRY" ஜீன்கள் உணவை பாதுகாப்பைப் பற்றிய ஆராய்ச்சிகளில், பெண் இன ஜீன்கள் சீராக அதிகமாகத் தூண்டப் படாமல் தொடர்ந்து வேலை செய்கிறது என்பதும் ஆண் இன "ஜீன்கள்" இதற்கு நேர்மாறாகவே இருப்பதும் தெரிகிறது. இதுவே தான் மனித இனத்தின், ஆண் பெண் வேறுபாடு என்பது ஒரு சாதாரண விஷயம்தான் என்று எடுத்துக் கொள்ளாமல் "தான் ஆண், அவன் பெண் தான்" என்று பாதுகாட்டினை உண்டாக்கி, "SEX" வேறு, "GENDER" வேறு என்ற நிலையை உருவாக்கியது என்று ஆராய்ச்சியாளர்கள் கூறுகிறார்கள்.

SEX என்பது இயற்கையான ஆண், பெண் பால் நிலை. ஆனால் "GENDER" என்பது ஆண், பெண் வேறுபாட்டினை, கூட உணர்வினைக் கொடுப்பது. இந்த ஜென்டர் அந்தந்த நாட்டு பாரம்பரியம், கலாச்சாரம் இவற்றைப் பொறுத்து மாறுகிறது.

இந்தியக் கலாச்சாரம், மனைவியைத் தவிர மற்ற பெண்ணைத் "நாயி" என்று அழைக்கும்படி வற்புறுத்தும் கலாச்சாரம் சில சினிமாக்களில், மிகப் பழமைவாய்ந்த கிராம வாழ்வியலை சித்தரிக்கும் போது, பெரிய தலைவர் கூட சிறு பெண் குழந்தையை "என்ன தாய்" என்று மரியாதையாகப் பேசக்கூடிய கலாச்சாரம், பெண்ணிற்குத் தேவையான எல்லாவற்றையும் செய்து தர வேண்டியது ஆணின் கடமை என்று வலியுறுத்தும் கலாச்சாரம். பேணப்படுவது பெண் என்பதனை உணர்த்தும் வண்ணம் இருமூலர்.

"பெண்ணிடை ஆணும் பிறந்து" என்று பேதம் இல்லாத நிலையைக் கூறுகிறார்.

"பெண்ணுடை, ஆணுடைப் பேச்சற்று" என்று சிவசக்தியின் உண்மை அறிந்தவர்கள், ஆண் என்றும் பெண் என்றும் பேச மாட்டார்கள் என்பதற்கு, "பெண் அல்ல, ஆண் அல்ல" என்று அடியார்கள் பெருமைகள்

Come to MollyAn Beauty Centre for-

Miss India  
Miss World, Miss Universe  
Miss Asia Pacific  
You could make these happen  
at **Mollyan**  
Beauty Centre &  
Institute of Beauty Therapy

(Approved by the Government of Tamil Nadu & Small Industries Service Institute, Government of India (SISSI)

Beautyicians are now in great demand in areas such as beauty contests, films, TV Serials, modelling and bridal make-up.

BEAUTICIANS CERTIFICATE COURSES in:

- 1) Cosmetology
- 2) Skin & Hair Treatment
- 3) Advanced International Skin & Hair Treatment

- \* Government recognised certificate awarded
- \* Higher salaries, quicker growth
- \* Opportunity to display talent
- \* A prestigious and satisfying vocation

For those wishing to start their own business:

- \* Training in managing a beauty parlour
- \* Details of government loans available
- \* Training in procuring raw materials

Eligibility : Should have studied upto 10<sup>th</sup> std

Medium of instruction: Tamil / English

Hostel accommodation arranged on demand

**Mollyan Beauty Centre**

WE OFFER THE VERY LATEST HIGH-TECH BEAUTY TREATMENT SUCH AS:

\* Ultrasound \* Botox \* Laser \* AHA Treatment

We also offer week-end and personal beauty care classes

Complete details available in person or by sending  
Rs. 3/- stamped, self-addressed envelope to:



**Mollyan Institute of Beauty Therapy**

# 8, (Old No. 25), 4<sup>th</sup> Main Road, Gandhi Nagar,  
Adyar, Chennai - 600 020. Ph: 4801468, 4623333

Gold Facial \* Silver Facial \* Pearl Facial

• Ineffective face lift • Ultrasound treatment for Wrinkles • Collagen treatment for Ladies Only • Bridal Make-up • Modern Hair Styles • Bridal Mehendi • Arabic Mehendi • Sauna Treatment & Massage • AHA Exfoliation



# "ரவா கேசரி அட்டகாசமா இருக்கு!"

AAC தெய்யுல செஞ்சு எல்லாமே ஏ கிளங்குதான்!



உருகவைக்கும் கலவா  
**AAC தெய்**

தயாரிப்பாளர்: A. அருணாசலம் & கம்பெனி,

392-A1, திருப்பூர் ரோடு, கம்பெனம் - 638 701 தொலை - 04267-20248, 22648

கிணை : 159/25, 270 சென்னை ரோடு, பி.புரூர், சென்னை - 600 036, தொலை - 98422-20349

விலை ரூ. 100

பற்றிக் கூறும் போது, ஆண் மக்கள், பெண் மக்கள் பேதம் வேண்டாமென்று அவ்வவா கூறுகிறார். இன்றும் சில கோவில்களில் பெண்களுக்கு சில கூடும்பாடுகளைக் கூதி. இதில் பெண்கள் கலந்து கொள்ள உரிமை வில்லை என்றும் போது. இது இவர்களைக் கியத்திய திரண்டம் என்று புரிந்து கொள்ளலாம்.

பெண் செய்ய வேண்டியவை இவை இவை என்று திரண்டித்து. செய்யாவிடில் தண்டிக்கப்பட வேண்டியவள் என்ற திணை உருவாகியதனால்தான், ஆணிற்குப் பேண அடிமை என்ற திணை ஏற்பட்டுள்ளது இந்த எண்ணம் மாறி அவரவா கடமை, உரிமை அவரவர்க்கு என்ற திணை ஏற்பட வேண்டுமே ஆண் ஆளாலும் சரி, பெண் ஆளாலும் சரி எல்லோருக்கும் சட்டமும், சமுதாயமும் ஒன்று என்ற எண்ணம் தோன்ற வேண்டும்

ஆணில் உள்ள "X" குரோமசோம் சரியாக தனது பணி வினைச் செயதால் தான் ஆணும் தனது திணையில் தடிக்க முடியும். இந்தப் பெண் குரோமசோம் சரியான தீட்சை இல்லாமல் இருப்பின் ஆணின் திணை பரிதாபத்திற்குரியது. உயிர் வாழவது கூட அரிதுதான். பெண்வழிப் பள்ள இரண்டு X-ல் ஒன்று சரியாக இல்லாவிட்டாலும் தனது எல்லா உறுப்புகளையும் சரியாக வைத்துக் கொள்ள முடியும். கருப்பை, ஒலர், இவற்றின் வேலைத் திறன் மட்டும் குறைகிறது. ஆகவே செல்லின் கடைசிக் குரோமசோம் பற்றிக் கூறி யு ள் றோ ன் . இடைப்பட்டனவு, வீடுபட்டனவு அல்ல. சில இவ்ளும்

விடுகதைகளாகவே உள்ளன.

இதுவரை இருபதாம் நூற்றாண்டின் இறுதியில் தொடங்கி - 21ம் நூற்றாண்டின் ஆரம்பம் முதல் மறுமையா மலர் மலம் இருமுலரின் கருத்துக்களில் உள்ள இன்றைய மருத்துவ விஞ்ஞானம் பற்றி எழுத்திக் கொண்டு வந்தேன் விஞ்ஞானம் மிக மிக வேகமாக வளருகிறது ஆளாலும் அவற்றிற்கு எம்.எம். டி.பி. ஆளாடுகளுக்கு முன்பே, கோடிக்காட்டியுள்ளது இரும்பிற்கும் எப்பது என்று கருத்து.

இந்த அகா வேகத்திற்கு எடுகொடுத்து 3ம் மீமேலும் கருத்துகளை உள்ளாங்கி மேலும் தெளிவுபடுத்திக் கொண்டு மீண்டும் உங்களைச் சில காலம் கழித்து சந்திக்க விரும்கின்பேரன்

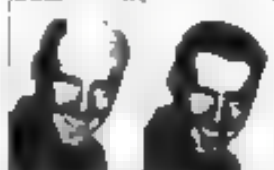
அனைவருக்கும் தீபாவளி வாழ்த்துக்கள்.



"சில மாடல்களைப் பார்த்தா,  
பொறாமையா இருக்கும்!  
இப்போ, என்னைப் பார்த்தா  
நிறைய கண்களால்  
பொறாமை!"

இதே போல் உங்கள்  
உடல் ஏமாட குறைய  
தொடர்பு கொள்ளுங்கள்

ஜேம் பி.பி.மெண்ட்



முன்பு மலர் திரவணம் அமெரிக்க  
தொழில் நுட்ப நுட்ப மாற்றம்  
பொருத்தம் மறு உடம்பு

வாரத்தில் 7 நாட்களும்  
சாலை 8.00 மணி முதல்  
மாலை 8.00 மணி வரை  
தனித்தனி செஷன்களுக்கு வட்டிகள்

வித்தியாசத்திற்கான அனைத்து சிபிசை

- சைட் குவாட்ரபி • முன் மீதும் மலர் மென்மடு
- கருவியை அகற்றும் • குடி உறிவாத நலிந்தல்
- உடல் சீரமைப்பு • தாது சாத குவாட்ரபி
- மெடுகு அகற்றும் • குடி குட்டிகள்
- முகப்பகு மீதும் கருவியை அகற்றும்

இந்த முறையில் முன்  
30 நினை வரை  
சைட் குவாட்ரபி

• உடல் பருமனுக்கான  
கைப்படி • வரைவல்  
பாது கட்டுவல்  
ரூ.500. - மட்டுமே.

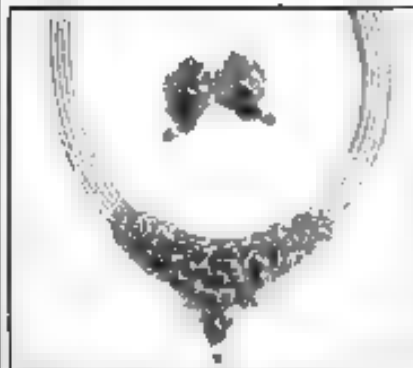


**BODY FOCUS**

இந்தியாவின் மூல நிரப்பல், மெதுவான, மெதுவான  
குடிமெதுவான திறமையில் • உடல் சைட் குவாட்ரபி

305, தாராபுரம் சாலை, செத்துப்பட்டு சென்னை - 31. போன் : 8220044, 8220055  
3157, 12வது மேலும், இந்திய நகர், இராசுத்திர, மருத்துவமனை பெயர் செட் எதிரில்  
பெயர்-38. போன் : 5214655 / 5214658  
229, விவேகானந்தா ரோடு, எம் நகர், கோயம்புத்தூர் - 841 000.  
போன் : 238594, 232209

தரமான ஜாதிக்கற்கள் கிடைக்கும்



# HAPPY DEEPAVALI

- முத்து, மலம், குத்தம்
- பித்தலாடி ராசி கற்கள்
- ஒலிப்பு மலங்கள்
- அபரிஷ்ட மலங்கள்
- தலாத்தி மலங்கள்
- சங்க மலங்கள்
- குதாடி மலங்கள்
- Oxseed Jewellery
- Coral Flower Sets
- Gold Wax Jewellery
- Hyderabad Gold Foli Beads
- Imported Beads in All Colours
- Jade, Ruby, Emerald & Blue Sapphire Necklaces Sets, set in Silver, Gold Plating

இவை அனைத்தும் எவ்விதம் கிடைக்கும்.

வாழ்க்கையில் ஏற்படும் எல்லா வகையான பிரச்சனைகளுக்கும் நான் 90 வது அனுமதியான ஜோதிடரைக் கொண்டு வாய்க்கையாளர்களின் பிரச்சனைகளை தீர்த்து வைக்கிறேன்.



பாரம்பரியமிக்க வகாராசியான சந்தாபனம்

## NARAYANA PEARLS<sup>TM</sup> GEMS & JEWELS

'SUDHAS PARADISE' 62, Pondy Bazaar, (Opp. Maya's Plaza),  
Below Karur Vysys Bank, T.Nagar, Chennai - 600 017.  
Tel : 432 2644, 433 1060 Sundays also open (11 a.m. to 6 p.m.)

10%  
to 20%  
Discount  
bill Discount

All Major  
Credit Cards  
Accepted

அறிவிப்பு: கல்யாணசுந்தரி பாரதமணி வசி



**Sreemathy Chit Funds Pvt. Limited** Estd. 1986  
75 (34-B), Uthamar Gandhi Salai,  
Nungambakkam, Chennai 600 034  
Ph.: 8250770

| Group | Sub. P.M. | Period (Month) | Chit Value | Enrollment Charges | Gift                    |
|-------|-----------|----------------|------------|--------------------|-------------------------|
| SV    | 12500     | 40             | 500000     | 1000               |                         |
| SL    | 2000      | 50             | 100000     | 300                | S.S.Traveling Lunch Set |
| SO    | 4000      | 25             | 100000     | 300                |                         |
| SJ    | 1000      | 50             | 50000      | 125                | Hot Food Lunch Carrier  |
| SP    | 2000      | 25             | 50000      | 125                |                         |
| SR    | 625       | 40             | 25000      | 100                | Travel Suit Case        |
| SK    | 1000      | 25             | 25000      | 100                |                         |
| SF    | 400       | 25             | 10000      | 60                 |                         |
| SB    | 250       | 40             | 10000      | 60                 | Hand Bag                |

(Prior Sanction obtained)

For details contact

# நீதியுலக சாலை

**இசைச் சிகரத்தை எட்டிய  
எம்.எஸ். சுப்புலக்ஷ்மி**

கீர்தாடக இசையுலகின் முழுதுடா  
ரணி திருமதி எம்.எஸ். சுப்புலக்ஷ்மியின்  
வாழ்க்கை வரலாற்றைச் சித்தரிக்கும்  
"முடிவில்லா சகாப்தம்" (Forever a Legend)  
என்ற ஆங்கில  
டாக்டுமெண்டரி படத்தில்  
வெளியீட்டு விழா  
சென்னையில்  
தடைபெற்றது. மத்திய  
அரசின் சிபிசிம் டிவிஷன்  
இந்த இரண்டு மணி நேரத்  
திரைப்படத்தைத்  
தயாரித்துள்ளது.  
இப்படத்தில் இயக்குநர்  
திரு. வி. ராஜகோபால்.

**பூகம்பம் அல்ல;  
வெறும் அதிர்வு**

**தமிழகத்தில்**

வடமாவட்டங்களில் செல்லாய்க்கிழமை  
(செப்டம்பர் 23) ஏற்பட்டது பூகம்பம்  
அல்ல, வெறும் நில அதிர்வுதான் என  
புலியியல் துறை வல்லுநர்கள்  
பேரிவித்தனர். தமிழகத்தில் பூகம்பம்

• ஆதிக்கம் விகிதக் கிருமிக்  
கோபண



ஏற்படுவதான  
வாய்ப்பு மிக  
மிகக் குறைவு.  
அவ்வாறு  
ஏற்பட்டாலும்  
பாதிப்பு மிகக்  
குறைவாகவே  
இருக்கும்.

**நினைவுச்  
சின்னம்**  
பயங்கரவாதி  
களால்



• எம்.எஸ்.

உறுதிமொழி கூறி பதவிப் பிரமாணம்  
செய்து வைத்தார் தமிழகத்தைச்  
சேர்ந்தவரான ஆளுநர் சி. ரங்கராஜன்.  
தமிழகத்தைச் சேர்ந்தவரே ஆளுநராக  
இருந்து, முதல்வருக்குப் பதவிப் பிரமாணம்  
செய்து

வைப்பது  
இதுவே முதல்  
முறை.  
முதல்வரும்  
அமைத்து  
அமைச்சர்களும்  
ஆண்டவன்  
பெயரால்  
உறுதிமொழி  
ஏற்றனர்

தொகுப்பு  
சியாமளா  
ராஜகோபால்

செப்டெம்பர் 11ம் தேதி  
திடீயார்க்கில் இரட்டை 110  
மாடிக் கட்டடங்கள்  
தாக்கப்பட்ட போது,  
அங்கிருந்து 25,000 பேரை  
தீயணைப்பு மற்றும் மீட்புப்  
படைகளின் மீட்டனர்  
என்று திடீயார்க் நகர  
மேயர் குடர்ஸ்ப் ஜிளியாணி  
தெரிவித்தார்.

தரைமட்டமான  
அக்கட்டத்தின் முகப்பில்  
இருந்த உலோகச் சட்டம்  
மீட்கப்பட்டுள்ளது. அத்துவரச் சம்பவத்தில்  
உயிரிழந்தவர்களின் நினைவாக  
அளமக்கப்படும் நினைவுச் சின்னத்தில்  
அது பொகுத்தப்படும் என அதிகாரிகள்  
கூறியுள்ளனர்.

**எங்கும் தமிழ்.  
எதிலும் தமிழ்**

**செப்டெம்பர் 21**

வெள்ளியன்று தடைபெற்ற  
சிறு பவனி செல்வம்  
அரசின் பதவியேற்பு விழா,  
முழுமையாகத் தமிழில்  
தடைபெற்றது.  
தமிழகத்தைச் சேர்ந்த  
உள்துறைச் செயலர் பி.  
சங்கர் பதவியேற்பு  
விழாளைத் தமிழில் கூற,  
முதல்வர் உள்பட  
ஒவ்வொருவருக்கும் தமிழில்

• மாதவாள் சிந்தியா



## செப்டெம்பர் 11ம்

தேதி அமெரிக்காவில்  
நடந்த தீவிரவாத  
தாக்குதலுக்கு உலக  
தீவிரவாதி "ஒஸாமா  
பின்லேடனின்" தீவிரவாத  
அமைப்புதான் காரணம்  
என்று தீவிர  
வீசாரணைக்குப் பின்  
அமெரிக்கா  
உறுதியளித்திருக்கிறது.  
இதைத் தொடர்ந்து  
பாகிஸ்தான் மற்றும் சில  
அரபு நாடுகள்  
உதவியோடு  
ஆப்கானிஸ்தானில்  
மீளற்றது வாழும் ஒஸாமா பின்லேடன்  
மற்றும் அவருடைய தீவிரவாத அமைப்பை  
தாக்க அமெரிக்கா மறந்தேட்டோ  
நாடுகள் படைபுடன ஆப்கானிஸ்தானை  
கூழ்த்து கொண்டு குண்டு மழை பொழிந்து  
வருகிறது.

## பழமையான புதிய குகை கோயில்

அமர்தாத் குகைக்குப் போகும்  
வழியில் 1500 வருடங்களை பழமையான  
புதிய குகைக் கோவில் ஒன்று காண்பீர்  
ஆட்டு இடைபனாகல் கண்டுபிடிக்கப்பட்டு  
தொல்பொருள் ஆராய்ச்சியாளர்கள்  
மேற்பார்வையில் கத்தும் செயல்படட்டு  
வருகிறது. சந்தன்வாரியிலிருந்து ஐந்து  
கிலோ மீட்டர் தூரத்தில் இருக்கும் இந்த  
குகைக்கோவிலுக்கு "ஷிங்மாரக்" என்று  
பெயரிட்டுள்ளார்கள். 10 அடி உயரமும் 15  
அடி அகலமுடைய "வெண்ணைக்கல்  
சியபெருமாள்" சிலை அங்கிருக்கிறதாம்  
கழுத்தில் பாம்பும் கையில்  
திரிசுலமும் துளாசைத்  
தெரிகிறதாம்.



\* வெங்கடைய வெள்ளேயை ஆண்ட  
மக்கள்

வெட்டிய மூங்கிலிலிருந்து  
கரக்கும் திரவத்தை  
ஆராய்ந்து சோதித்த  
போது இத்தத் திரவம் ஒரு  
நிறத்த  
கார்போஹைட்ரேட்டாக  
பயன்படுத்த முடியும்  
என்று  
கண்டுபிடித்திருக்கிறார்.  
இத்தத் திரவம் புளிக்க  
வைத்த உப்பிய  
ஆப்பத்திற்கு உணவா  
ப்தாளை மாவு மாணவ  
ஒத்து இருப்பதாகவும்  
அதில் உணவ  
கார்போஹைட்ரேட் சத்து

மாணவ விட அதிகமாக இருப்பதாகவும்  
ஆராய்ச்சி மூலம் கண்டுபிடித்திருக்கிறார்.  
இத்தத் திரவத்தைப் பயன்படுத்தி எத்தெந்த  
வகையான உணவுப் பொருட்கள்  
செய்யலாம்  
என்று

- ஜார்ஜ் டிங்

தெரிடர்த்து  
ஆராய்ச்சியில்  
இறங்கியிருக்கிறார்  
தங்கமமா.  
தேரன் அரசு  
இவருக்கு  
வேண்டிய  
வசதிகளை  
செய்யத்  
தவாராக  
இருக்கிறது



யுகோஸ்லோவியாவைச் சேர்ந்த 18  
வயது "ஜெனினா டாசிக்" டோக்கிபோவில்  
தடந்த "பிரிதவஸ் கப்" டென்னிஸ்  
பென்சை ஒற்றையர் பத்துவதில் உலகப்  
புகழ்பெற்ற டென்னிஸ் வீரரங்களை  
அரான்சர் சேன்சை  
வீசார்போவை தோற்கடித்த  
டென்னிஸ் இளவரசியாகி  
விட்டாள்.

\* குண்டுமழை தெரிந்த  
அமெரிக்கா

## மூங்கில் மாத்தில் சத்துமாவு!

தாவரவியல் நிபுணர்  
திருமதி தங்கம்மா  
பாலக்காட்டில் "இடைகரேட்ட  
குரல் டெக்னாலஜி சென்டரில்"  
மூங்கிலைப் பற்றிய ஆராய்ச்சி  
செய்து வருகிறார். பகுதியாக



பெங்களூரில் நடந்த  
சி.பி.எஸ். ஆசிய சாட்டிவைட்  
பேட்டிண்டை சாம்பியன் ஷிப்  
விருந்தவாட்டில் அபாமை  
போபட் பெண்கள் ஒற்றையர்  
திராங்கணையாகவும் சேட்டன்  
ஆனந்த ஆண்கள் ஒற்றையர்  
மருடத்தையும்  
சைப்பற்றினார்கள்.



Celebrating 2001 as the year of women empowerment

மகளிர் (க்கு) மட்டும்தான்!

உங்கள் கணவரோ அல்லவாகத்தில்!

உங்கள் குழந்தையோ பள்ளியில்!

இதுவே கம்ப்யூட்டர் பயில சரியான நேரம்!

ஏன் கம்ப்யூட்டர் கற்க வேண்டும் ?

- ✓ உங்கள் குழந்தைகளுக்கு கம்ப்யூட்டர் கற்றுக் கொடுக்க விரும்புமா?
- ✓ # -மேயில் தகவல்களை அனுப்ப, பெற வேண்டுமா?
- ✓ அல்லவாகத்தில் கம்ப்யூட்டரை உபயோகிக்க வேண்டுமா?



மென்பொருள் உருவாக்கத்தில்  
மென்மைக்குரிய பெண்கள்

இதற்காகவே நடுத்தர மக்களின் நண்பனான **CSC** வழங்கும்

**COMPUTERS & INTERNET**

பாடதிட்டத்தில் சேர்ந்து பயிற்சியடையுங்கள்

**CSC®**

COMPUTER EDUCATION  
ROOM FOR MIDDLE CLASS

|               |                                        |
|---------------|----------------------------------------|
| FEES          | Rs. 600/-                              |
| DURATION      | One Month                              |
| COURSE TIMING | 10.00 - 12.00 Noon<br>2.00 - 4.00 p.m. |

தமிழ் மொழியிலும் கற்றுத்தரப்படும்

## நாட்டைக் காப்பாற்றிய கம்ப்யூட்டர் அதிகாரி

செப்டெம்பர் 11ம் தேதி இரண்டு கடத்தப்பட்ட விமானங்கள் உலகவந்தக மையத்தைத் தாக்க, மூன்றாவது கடத்தப்பட்ட விமானம் லாஷிங்டனில் உள்ள பாராளுமன்றத்தைத் தாக்க பற்றிது கொண்டிருந்தது. விமானத்தில் பயணம் செய்த 44 பேரில் "டாட் பீமா" என்ற கம்ப்யூட்டர் அதிகாரியும் இருந்தார். கடத்தல்காரர்களின் இலக்கு தெரிந்தவுடன் அவர்களுடைய மூலநிலையை முறியடிக்க உள்னே இருந்த மற்ற இரண்டு

• சென்னை புகழம் பதிவு

பிஸ்பை உட்கொண்ட



கி.வி.சுப்பிரமணியன்

இளைஞர்களுடன் சேர்ந்து காரியத்தில் இறங்கினார்.

அதற்கு முன் தன் செவ்விப்போன் மூலம் ஒரு தொலைபேசி நிறுவனமொன்றை தொடர்பு கொண்டு தங்கள் நோக்கத்தைத் தெளிவுபடுத்தினார். எப்படியும் விமானத்தில் உள்ள 44 பேரும் இருக்கத்தான் போகிறோம் என்று தெரிந்ததும் லாஷிங்டன் காபிடல் கட்டிடம் தாக்கப்படாமல் இருக்க கடத்தல்காரர்களை சமயோசிதமாக தாக்கி லாஷிங்டனில் நுழைந்து விமானத்தைத் திளையிடுப்பி பென்சில்வேனியாவில் அருகே உள்ள சோன லவலில் விமானம் நெருங்கி விழச் செய்தார்.

அந்தக் கடைசி நிமிடத்தில் தன் மனமே குழந்தைகளைக் கூப்பிடாமல் தொலைபேசி ஆப்பரேட்டரைக் கூப்பிட்டு தீவிரவாதிகளின் சதியைச் சொல்லி விட்டு துளிகரமாக மதிப்பதோடு தீரச் செயல் புரிந்து இருந்த அந்த வீரனர அமெரிக்கா நன்றியுடன் திணைவு கூர்ந்தது. அவரது முயற்சியால் பல தீர உயிர்கள் காப்பாற்றப்பட்டதுடன் அமெரிக்கப் பாராளுமன்றம் காப்பாற்றப்பட்டது.

## பட்டாஸுக்கு டாட்டா

இவ்வருட தீபாவளிக்கு மாளவா ர மணியிலிருந்து இரவு 10 மணி வரைதான் மதுதாப்பு, வெடிகள் வெடிக்கப்பட வேண்டும். மற்ற வேளையில் காற்று மாக மற்றும் ஒலிப்பெருக்கத்தை அதிகரிக்கும் வகையில் வெடிகளோ பட்டாஸ்களோ விடக்கூடாது என்று டெல்லியில் உச்சநீதிமன்றம் உத்தரவு இட்டிருக்கிறது. அதே போல் வெடிகளின் ஒலி சத்தம் 125 டெசிபெலுக்கு மேல் போக அனுமதிக்கக் கூடாது என்று உத்தரவிட்டுள்ளது.

## உணவு தந்த பரிசு!

கோவம்புத்தூர் அவினாசியங்கம் நேறாம் சயன்ஸ் கல்தூரி சான்ஸலர் (பேந்தர்) திருமதி டாக்டர் ராஜம்மாள் பி. தேவதாஸ் அவர்களுக்கு அண்மையில் வியட்நாமில் நடந்த பதினேழாவது அகில உலக நியூட்ரீஷன் மாநாட்டில் 2011ற்கான மிக உயர்ந்த இன்டர்நேஷனல் நியூட்ரீஷன் லிருந்த "அகில உலக யூனியன் அரூப் நியூட்ரீஷன் சயன்ஸ்" திறுவனம்



• பதவி ஏற்றும் தமிழக முதல்வர்

கொடுத்திருக்கிறது.

## உலகெங்கும் ஆத்திராக்ஸ் பீதி

அமெரிக்கா, ஆப்கானிஸ்தான் போர் தொடர்ந்து வருவதையடுத்து, அமெரிக்கா மீதும், அதன் தேச நாடுகளும் மீதும் உயிர்த்தொல்வி கிருமியான 'ஆந்த்ராக்ஸ்' பவுடர்களில் கலக்கப்பட்டும், காற்றில் அக்கிருமிகளைப் பரவச் செய்வது மக்களைச் சாகடிக்க தவிராவி தீவிரவாதிகள் முயற்சி செய்து வருவதாக சர்வதேச புலனாய்வுத்துறை அறிவித்ததையடுத்து உலகம் முழுவதும்

# லாலா

கொடுத்து வச்சவங்க  
கேட்டு வாங்குவது  
லாலா மசாலா

Give your family  
a tasty way  
to a healthy day!



உள்ளதமான  
கூட்டுப் பெருங்காயம்  
100 மற்றும் 500  
கேன்களில்



MAHALAS, SPICES, SPICE POWDERS,  
SNACKODUMS, CONCENTRATES,  
EASY-COOKS

Mardacchi & Sathi Foods (P) Ltd., 72 Nelson Manickam Road, Chennai 600 028.  
Phone: 374 5337, 374 1707.

# REDDY FOREX PVT. LTD

We buy and sell all foreign  
currencies and travellers cheques.

Timings: Monday - Saturday  
9.30a.m to 6.30 p.m.  
Sunday - 9.30 a.m. to 2.00p.m.

Shop No. 105, Chellamall,  
17, Thyagaraya Road, T. Nagar, Chennai - 17.  
Ph: 435 - 3596, 435 - 3604  
Cell : 98400-42667. Telefax : 435 - 3604

**AUTHORISED MONEY CHANGERS**

\$  
¥  
£  
€  
¥  
£

**அழகு மிளிரும் அடர்த்தியான கூந்தலுக்கு**

நம்பகமான ஒரே கூந்தல் னாதலம்

**குண** கூந்தல் னாதலம்

**குண** கூந்தல் னாதலம் தொடர்ந்து உபயோகிப்பதால்,

கூந்தல் நீண்டு அடர்த்தியாக வளர்வதுடன், முடி உதிர்ச்சு, செம்பட்டை நிறம், பித்த நுண்,  
தலை அரிப்பு, பொருகு மற்றும் சொறித்தால் செதில் உதிர்வதையும் தடுக்கிறது.  
சித்த மருத்துவ முறைப்படி தயாரிக்கப்படுவதால் வெவ்வு முதல் 60வயது வரை  
அனைவரும் உபயோகிக்கலாம் எந்தவித பக்காணைவுகளையும் ஏற்படுத்தாது.

அறிமுக சலுகை !

**அகஸ்தியர் தீவிபிருங்காதி னாதலம்**

அறிமுக சலுகையாக,

2 குண 100ml பாட்டில்களை வாங்கி,

Rs 39/- மதிப்புள்ள **அகஸ்தியர்**

தீவிபிருங்காதி னாதலத்தை

**இலவசமாக** பெறவும்

தீர்மானித ஸ்டாப் உடனடியாக.



Mrs -  
Agasthiar Pharmaceuticals, Salem - 6

தீர்மானித ஸ்டாப் உடனடியாக. **குண** கூந்தல் னாதலம்  
குளிக்கிக்கு **அகஸ்தியர் தீவிபிருங்காதி னாதலம்**

தீவிபிருங்காதி  
100ml  
பாட்டில் மட்டும்  
Rs. 45.00



பரபரப்பும் பிதியும்

அதிகரித்துள்ளது.

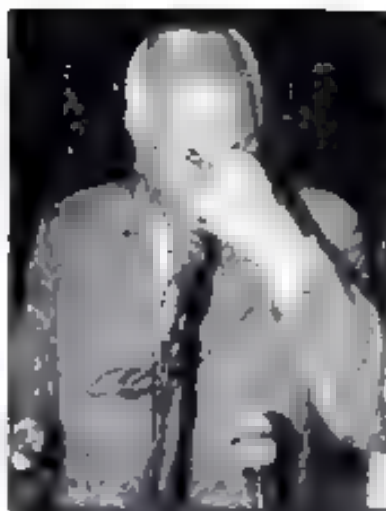
அமெரிக்காவில் கவா உடைகளையும், ஆந்தராக்ஸ் தோய் எதிர்ப்பு மருத்துகளையும் மக்கள் வாங்கி வருகின்றனர். நியுயார்க் தகர தபால் அலுவலகங்களில் மர்ம பார்சல் மூலம் திறைபு பவுடா பாக்கெட்டுகள் வருகின்றன என்றும், குறைந்தது நியுயார்க் சிட்டியில் 30 பேர்களுவது இந்த விஷக் கிருமிகளால் தாக்கப்பட்டுள்ளனர் என்றும் செய்திகள் வெளிவரின்றன.

இந்தியாவிலும், டெல்லி, சென்னை போன்ற நகரங்களில் தபால்மூலம் மர்ம பார்சல்கள் வந்துள்ளன ஆனால் இவற்றில் பெரும்பாலும் விஷமிகளால் அனுப்பப்பட்ட போலியான பார்சல்கள் என்று ஆராய்ச்சி மூலம் தெரியவந்துள்ளது. சென்னைவில் விமான அதிகாரிக்கு வந்த பார்சலில் வெறும் மிளகாய்ப் பொடியும், சரம்பார பொடியும் அடங்கிய பொட்டலங்கள் இருந்தன எனினும்.

வெளிப்பிரிவுக்கு வரும் பார்சல்களையும், மர்ம தபால் பொட்டலங்களையும் எந்தவித

முன்சென்சரிக்கையுமின்றி பங்கு வேண்டாம் என்று மக்கள் எச்சரிக்கப்படுகிறார்கள்.

**பா**ராணாமன்றத்தில் எதிரகட்சியான காங்கிரஸ் கட்சியின் துணைத் தலைவரும், குவாலியர் மகாராஜாவுமான திரு மாதவராவ் சிந்தியா ஷான்பூரில் காங்கிரஸ் பேரணியில் உரை நிகழ்த்த நலி விமானத்தில் பத்திரிகையாளருடன் பறந்து கொண்டிருக்கையில் விமானம் தீப்பிடித்து தொழுவிலி விழுததில் அனைவரும் மரணமடைந்தார்கள். ஹிந்தூஸ்தான் டைம்ஸ், இந்தியன் எக்ஸ்பிரஸ், ஆஜுதக் போன்ற புகழ்பெற்ற நாளிதழ் திருபர்கள் மற்றும் புகைப்படக்காரர் ஒருவரும் இறந்துவிட்டனர்.



மாதவராவ் சிந்தியா ராஜபரம்பரைவில் வத்தவரானாலும் சாதாரண மக்களிடம் மிகுந்த அன்பு கொண்டிருந்தார் சிறந்த கிரிக்கெட் வீரா. குவாலியர் மக்களின் அபிமான ராஜா இறந்து போனதில் ராஜபரம்பரையலிட மக்கள் வேதனையால் கதறி அழுதனர்.

**முதலமைச்சர் அழுதார்!**

**பா**சிவதானில் உள்ள அதனைத் தீவிரவாத அமைப்புகளுக்கும் சீல் வைத்தாரெனப்பட்டது என்று பாசிஸ்தான கொள்ளை கையோடு ஜமமு-காஷ்மீர் சட்டமன்றத்தில் முன் நெய்விஷ-இ-முக்மட் அமைப்பு தற்கொலை படைவீரர் டாடா உமோவில் வந்து காவலர் வெடிக் கைவத்ததில் எதிர்த்தவர்கள் பலர் காரியிருந்து இறங்கிய மூன்று தீவிரவாதிகள் சட்டமன்ற பாதுகாப்பு அதிகாரிகள் விரைந்து உள்ளே



புகழ் ராஜகௌ தேவதாஸ்

துறைத்து ரெமாரியாக கட இள்ளும் பலர் படுகாவமடைந்தனர்

வாஷனாவிய தீயுயார்க் டவர்களை தரைமட்டமாக்கிய ஒலாமாமினாவெடனில் தீவிரவாத அமைப்பைச் சேர்த்தவர்கள்தான் இவர்களும்.

ஜமமு-காஷ்மீர் முதலமைச்சர் சட்டமன்றத்தில் பேசுகையில், "பாசிஸ்தான எய்கள் காஷ்மீர் மக்களைக் கொடூரமாக கொல்றார்கள். பாசிஸ்தானுக்கு தான் உயிதுடன் வேண்டுமானால் தானே எல்லா பகுதிக்குப்போய் என உயிரைத் தருகிறேன். என மக்களை விட்டுவிடுங்கள்" என்று மனம் கலங்கி அழுதாராம்.

**தொகுப்பு : சியாமனா கலாமிராதன்**



## சொல்ல விரும்புகிறோம்!

இ சின்னதாக ஒரு விவாதி வந்தாலும் கூட அதைப் பெரிதுபடுத்தி, அதைப் பற்றியே பேசி இரக்கம் தெடுபவர்கள் மத்தியில், அனுராதா ரமணன் தன் வாழ்க்கையில் எத்தனையோ உடல் காலிவசகனை எதிர்கொண்டும், அதற்காகச் சோர்ந்து போகாமல், அதையே நடைக்கவையாக விவரித்து, விவரங்கள் அளித்து வருவது மிகவும் பாராட்டுக்குரிய விஷயத்தான்! நாம் கற்றுக் கொள்ள வேண்டிய விஷயமும் கூட! நேராகூர், எம் ஜெனாதி.

■ 'வினா வினாவிடம் தள்ளி விடலாம்' எட்டுரையில் எழுதிப்பது போல்தான் எல்லா விட்டிலும் நடக்கிறது. என்போன்ற வயதானவர் களுக்கு என்று வைத்துக் கொடுக்கும் மனச்சுட்டி, அரசுக் கல்கணையும் சேர்க்க வேண்டும். கொலமுத்தூர், டெய்லி மாமி.

■ 'கதையமும் கண்ணீரிலே என்ன பேதம் இருக்கிறது?' ரூபை கூடும் மனிதனை இருந்த துயரமும், சாகிப்பட்டுவோ இசுதீவியரை பறி கொடுத்த கொடுமையும் ஒன்றுதான்! எங்கிற ஆசிரியரின் ஸார்த்தனாகள் மானத மிகவும்

இ மென சீரில்லமைப் பாரத்துப் பார்த்து மூக்கை சித்துபவர்கள், "தாற்பதியும் சாதிகலலாம்" எட்டுரையைச் சித்தித்தால், "சாதனைக் கைரவர்தி" இவ்வாறு மாறலாம். வழிகாட்டும் இந்த நம்பிக்கைத் தொடர், தொடரட்டும்! இரூல்க்கூடி, மா, உலகநாதன்.

இ இம்மாத இல்லத்தரசி பகுதியில் வி. கமலக் கண்ணி எழுதிய பப்பாளியின் பாலவரை பதார்த்த வகையில் வரிசை மிகவும் அருமை. பப்பாளி என்றால் ஒரு சிலந்தான் சாப்பிட வேண்டும் என்றிலவாமலும் புழம் மட்டுமே சாப்பிட்டு வந்த எங்களுக்குக் கையில் பாலவை விருத்தாக வெண்ணை கறி, அல்வா, வறுவல் என்று அசத்தி விட்டார்.

கொலமுத்தூர், சாந்தி அமுல்தாஸ்.

இ நியூசு சாலை பகுதியில் ஒல்லொரு செவதிக் கும் முன்பு 'விமானம்' படத்தை உபயோகித்திருப்பது தனதாக இருக்கிறது. இப்போதைய நியூசு விமானம் பற்றிவருதானே! இருபாணைக்கா, எஸ். கெளரிலக்கி. இ சுவாமி தேவிகன் இப்பற்றிய பல அரிய

## சாதனை சிறுவந்திவிராக மாறலாம்!

கனகச செவது விட்டன்

'இழப்பிலேதான் மனித உறுவுகளான பாசமும் அன்பும் வெளிப்படுகிறது' என்கிற உண்மையை இப்போது அமெரிக்க மக்கள் நினைப்பே உணர்ந்து விட்டார்கள் என்ற செவ்தியை புல் வெறு பத்திரிகைகளில் படிக்கும் போது நமது பண்பாட்டின் சிறப்பு எம்மவையு உபுர்த்து என்பதை உணர முடிவிறது. பாண்டிச்சேரி, பூங்கோதை இருக்கணராஜ்.

■ உறுதுகாமல் பெரிய பணக்காரனாக வேண்டும் என்பதே இப்போதைய மக்களில் பெரும் பாலுரோரின் எண்ணமாக உள்ளது என பங்காரு அடிக்காரர் கூறிவிருந்ததைப் படித்து மனம் பெரிதும் வேதனையடைந்தது. மதுரை, பி. சாத்தி.

இ தன் ஸயிற்றுப் பின்னதாக மட்டுமே தன் உலகம் என்னென்னவி அவர்களின் பிரிவுகூடப் பின் தன் உணர்வுகளை மாய்த்துக் கொள்ளாமல், பலர் பலன்பும் ஸலையில் தன்னாளுப் செவல் படக்கூடும் என்ற தன்னம்பிக்கை உணர்வை தாய்மார்க்குக்கு ணட்டும் சிறந்த சிறுகதை உறுவுகள்' நாகப்பட்டினம், தாணக சத்திரா.

உத்தொதரவகளைப் பற்றியும் அங்குருடய அபார லாசத்தையும் பற்றியும் எழுதிவிர்த்தார் நிர்மலா சத்தானம். ஆனால் அண்ணா இயற்றிய பாதுகா ணுலுரத்தையும் பற்றிக் குறிப்பிடவில்லை. அயர் இயற்றிய எல்லா உத்தொதரவகளுக்கும் கிரமமாக அது அமைக்கது. ஒரே ஜாமத்தில் ஸ்ரீங்கண்ணா என் இருவடி ஸம்பத்தில் எழுந்தருளியிருந்த பாதுகைகளை பற்றி 1008 ஸ்லோகத்தில் வெகு அழகாக எழுதிவிர்த்திறார் ஸ்ரீவைஷ்ணவ ஸ்ரீவா சாரிமாரிகள் இதை சேலிப்பதால் பல தன்மை களை பெறுவதாக அனுபவத்தில் தெரிவித்திருக்கிறார்கள்.

ஸ்ரீரங்கம், விஜயலக்ஷ்மி வரதனாதன்.

இ "எனக்கே எனக்காக" போட்டித் தலையுயிரி எழுதிபுகினேன். அது ஏன் வெளிவாக்கவில்லை என கவலையுற்றேன் மனம் சோர்ந்தேன். ஆனால் பரிக் பெற்ற கிரிஜா, ஜெயா பன்னீர் செல்லம், கலைமணிமாறன், கலாணா ஆகியோர் எழுதிய வற்றைப் பார்த்தும் போது- தான்தான் தலைப்பை சரியாகப் புரித்து கொள்ளவில்லை எனப் புரிந்தது. பரிக் பெற்ற எட்டுரையை அமைக்கும் மிக அற்புதமாக இருந்தது. மேதூர், எஸ். ரெஜினாபாஸு.

அட்டை உண்ணப்படும் : டி.சி. தாகேஷ்



## ‘தன் ஆகாஷன்’ ஸ்ரீ லக்ஷ்மி குபேர பூஜை

(தேவமெழி எம்ஸ்கிருதத்தில்)

செல்வம் கிடைப்பதற்கும், பெற செல்வம் வளர்ச்சி அடைவதும் செய்யப் படும் பூஜை “ஸ்ரீ லக்ஷ்மி குபேர பூஜை”

குபேரன் செல்வங்களுக்கெல்லாம் அரசன் வடதிசையை காப்பவன். பூமியில் உள்ள அனைத்து செல்வங்களுக்கும் அதிபதியாக கருதப்படுபவன். பணம் கொழிக்கும் கடவுளான திருமலை தெய்வமே குபேரனிடம் வளங்கிய கடனுக்காக இன்னும் வட்டி கட்டுவதாக ஐதீகம். ஸ்ரீராமர் தோன்றிய குலத்தின மூதனரை அரசனான ஒரு குபேரனிடமிருந்து தன் எல்லா செல்வங்களையும் பெற்றான். இரண்டு திடீரளவில் இருந்தும் செல்வம் கிடைக்கும் வழியாக ஸ்ரீ லக்ஷ்மி குபேர பூஜை இன்னும் தடைபெறவில்லை என்பது உண்மை.

எல்லோரும் எல்லா செல்வமும் பெறும் செருட்டு சூப்பம் சேப் அண்ட் டிஸ்க் (பி) லீட் டம்பெனி இந்த ஒலித்தட்டை உங்களுக்கு பெருமைமிகு வடிவாகிறது.

இதில் ஸ்ரீ லக்ஷ்மி காயத்ரி, மஹாலக்ஷ்மி ஸ்லோகங்கள், தனயினல்லாமல் பூஜை நடக்க முன்வந்த விக்ரேஸ்வர பூஜை, கல்சமா, கண்டா, மற்றும் பல பூஜைகள் தவக்கிரக பூஜை, வேலகடாஸ் பூஜை, அனைத்து தெய்வத்து, முக்கியமான ஸ்ரீலக்ஷ்மி குபேர பூஜையும் ஒலிப்பதிவு செய்யப்பட்டுள்ளது.

பரம்பரை சங்கீத மாணியில் சென்னை மத்தியக் கல்லூரி பேராசிரியர் எம்ஸ்கிருத ஆராய்ச்சி பிரிவில் தனவம் பனாசிரியர் ஆர். திமகராஜன் தனவமயில் திரு. பி.என். சஞ்ஜயன், ஸ்ரீ ஹலோக் கண்ணன், திரு பக்தவத்சலம் ஆதிபயன் பாட இசையமைத்திருப்பவர் பிரபல் இசை அமைப்பாளர் திரு. வி. ஆர். மாணிக்க விநாயகம் அவர்கள்.

இதை ஒலித்தட்டில் கூறியுள்ளபடி பூஜை செய்து எல்லோரும் எல்லா நன்மைகளும் பெறுவார்கள்!



**SUPERTAPE & DISCS (P) LTD.**

713, ANNA SALAI, CHENNAI - 600 006.

INDIA. FAX: 91-44-852373/4 E-mail: super\_tape@yahoo.com

Available at Singapore - Mustafa Centre 0045-2933511

USA - Mr. Anil Prabhu Ph: 7326611700 Mobile: 7328417777

Audio Cassettes available at Rs. 30/- & Audio Compact Discs available at Rs. 200/- Phone: 8858 7059

# கோபால் பல்பொருள் கீதர்க்கும் தீபாவளி நல்வாழ்த்துக்கள்.



ரூ 3.00



50 கிராம்

ரூபாய்  
**9.50**  
மட்டும்





# இந்தக் காலத்துக் குழந்தைகள்

**போ**ள் வாட்டம் என் கணவரின் பிறந்த நாள் வந்த பொழுது காவலையில் என் குழந்தைகளை அவர்களுடைய அப்பாவை வாழ்த்தச் சொல்லிவிருந்தேன். பள்ளி முடிந்து வந்த என் மகன் பவத ஐந்து.

"அம்மா, அப்பாவும் எப்பவும் எப்போடும் பர்த்டேக்கு லீப்... குடுக்கிறாரே நாலும் அவருக்குக் கிப்பட் குடுக்கறும்!" என்று என் நகர்த்தி விடுத்து துள்ளி மிகத் தொலைவில் நாய்மன் விரிந்தால் என் மகனிடம்.

"இப்பொழுது கடைக்குப் போக முடியாது. அடுத்த பர்த்டேயில் பாரக்கலாம்!" என்று சொல்லி விட்டு வேலை செய்கப் போய் விட்டேன். அவன் சமாநாடம் அண்டயலிஸ்ஸை போலிடுக்கிறது. என் கணவர் ஆபீஸிலிருந்து வந்தவுடன் ஒடிப் போய்,

"அம்மா, உனக்கு என்னோட பர்த்டே கிப்பட்!" என்று எவ்வளவு கொடுத்தான். என்ன என்று பார்த்தால் ஒரு பெப்பரில் வீடும மரமும் பறவைகளும் வரைந்து கூர் செய்து அதிலேயே ஒரு புது பெப்பரில்லையும் ரப்பரையும் உள்ளே வைத்துக் கறிக் கொடுத்திருந்தான். என் கணவரின் கலங்காத கனாகளும் கலப்பியது அன்றுதான்.

இந்த வருடம் விடுமுறையின் போது சொன்னாக்கு வந்திருந்த போது ஒரு துக்க நிகழ்ச்சி. என் கணவரின் பெரிப்பா தவறி விட்டார். அவரின் பேரக்கா இதுவரையில் எவ்வளவு குழந்தைகளுக்கும் பெஸ்ட் பிரண்ட்ஸ். சிறிய தாத்தா 'சாமி'லிடம் சென்று விட்டார் என்பதும் இவ்விடம் இருமீ வர மாட்டார் என்பதால் எவ்வளவுதான் அழறதும் என குழந்தைகளுக்கு முதல் அனுபவம்.

விடுமுறை முடிந்து மங்கடடிதது வந்து விட்டோம். ஓரிளஞ் நாள் செட்டில் ஆவடிடா விடுமுறையில் ஒரு கட்டிய சாமி முன் ஸ்போகம் சொல்லி பீரோ பன்னாறு பழக்கத்தை ஆரம்பித்தார்கள். என் மகன் பவத ஐந்து வந்தவுடனே வந்தவருக்கு மாறாக கவலையு ஐந்து நிமிடம் பெள்ள மாகத் தொடர்ந்து நின்று கொண்டு இருந்தான்.

"என்னமமா சாமிலிடம் இல்லோ வேலா ப்ரே பன்னே?" என்று தாய் கேட்டேன்.

"இல்லேம்தா, நெகஸ்ட் ஸ்டம் நாள் இந்தியா போகும் போது எப்போட தாத்தா பட்டடிவரைம் 'எவ்வளவு' (உயிலு. எ) இருக்கிறது சாமிலிடம்வரைப் போகக் கூடாதுமறு ப்ரே பன்னாறேன்"

என்று சொன்னதைக் கேட்டு வாயைத் துர் பிடிக்கேன்.

இந்த இரண்டு மாண்குள் அடிக்கும் ஓட்டையில் என் மூளை சில சமயங்கி எழுப்பி விடும்.

நர்ஸரியில் படிக்கும் என இரண்டு குழந்தைகளுக்கும் உப்புமா மிசைதால் சின்ன உருவடைகளாக செய்கிறார்கள். டிபன் பாக்ஸில் எவக்க போனாடா மரக் குழாய்கள் என கணவருக்கோ ப்ரேக் பிபாஸ்ட், எவக் பங்கு மங்கலம் தயார பண்ண வேண்டும். குழந்தைகளுக்குப் ஏழு மணிக்கு வேல வந்து விடும்.

அப்படிப்பட்ட ஒரு நாளில்தான் உப்புமா செய்து எல் லோஷ்கும் கொடுத்ததுப்பிள்ளை. ஆபீஸில் வேலை செய்கும் மற்ற நண்பர்களுடன் சாப்பிட உட்கார்ந்த என் கணவா, "என் லோய்கிப் செய்ய உப்புமா குப்பா இருக்கும். டேஸ்ட் பன்னாறு" என்று பெருமையுடன் டிபன் பாக்ஸைத் திறக்க அதில் குட்டிக் குட்டியாய் ஏகப்பட்ட உருண்டைகள்

"டேய், நீ ஆபீஸில் ரொம்ப பிளின்னும் தெரியும் உன் லோய்கிப் உண்ண நல்லா கவனிக்ககிறாய்னுத் தெரியும் ஆனா இப்படி நீ சாப்பிட நல்லா இருக்க உபாபாறு உருண்டை பிடிச்ச வைக்கிற அளவுக்குன்னு தெரியாது" என்று ஏக சின்னடையத்திருக்கிறார்கள் இரண்டு டிபன் பாக்ஸுக்கு உருண்டை பிடித்தவர் இவ்விதத்தினால்க நான் நாவது டிபன் பாக்ஸுக்கும் உருண்டை பிடித்திருக்கிறேன்.

— சுபலீ, மங்கட்.

தீபாவளிச் சிறப்பிதழ் - II அட்டையில் குழந்தைகள்.





### தொலைக்காட்சி

என்கின்ற மாபெரும்  
மீடியாவின் தாக்கத்தினால்  
சிற்பட்ட பல நிலைகளில் ஒன்று,  
பண்டிகை தினங்களில் நாம் நம்  
உறவினர்களையும்,  
நண்பர்களையும் சந்தித்துப்  
பேசி மகிழ்வதை விட்டு  
விட்டது.

முன்பெல்லாம் தீபாவளி,  
பொங்கல் போன்ற  
பண்டிகைகளின் போது  
நாம் நம் குடும்பத்திலுள்ள  
பெரியவர்களை சந்தித்து  
ஆசி பெற்று, இனிப்பு  
வழங்கி, சிறிது  
நேரமாவது

குடும்பத்தாருடன்  
குதூகலிப்போம்,  
இப்பொழுதோ,  
பண்டிகை என்பதே  
தொலைக்காட்சியின்  
சிறப்பு  
நிகழ்ச்சிகளைப்  
பார்ப்பதற்  
காகத்தான்

என்பது போல்  
ஆகிவிட்டது! அப்படி  
தப்பித் தவறி நாம் நம்  
உறவினர் வீட்டிற்கோ,  
நண்பர்கள் வீட்டிற்கோ  
சென்று விட்டாலும் கூட,  
அங்கும்  
தொலைக்காட்சியின்  
ஆக்ரமிப்புதான்,  
பரஸ்பரம்  
உணர்வுகளை  
பரிமாறிக் கொண்டு,  
பழைய  
நினைவுகளில்  
மூழ்கி,  
என்பதெல்லாம்  
அரிதாகி  
விட்டது!

சென்ற முறை  
நவராத்திரியின் போது  
நான் ஒரு வீட்டிற்குத்  
தாமதமாக வாங்கச்  
சென்றிருந்தேன். அந்த  
வீட்டில் தாம்பூலம் வாங்க  
வந்திருந்த ஒரு பெண்மணி  
மெய்மறந்து பாடிக்  
கொண்டிருக்க,  
மற்றவர்களின் கவனமோ  
மீடியாவின் 'மெகா சீரியஸின்'  
மீதே! பார்க்க வேதனையாக  
இருந்தது. அந்த வீட்டுப்  
பெண்ணாவது  
தொலைக்காட்சியை  
நிறுத்தலாமோ மற்றவர்களின்  
உணர்வுகளை நாம்  
மதித்தால்தானே நம்  
சந்ததியினர் நம்மைப்  
பார்த்துக் கற்றுக் கொள்ள  
முடியும்!

தொலைக்காட்சியில்  
நாம் நம்மைத்  
தொலைக்காமல், அதை ஒரு  
எல்லைக்குள் வைத்து, நம்  
உணர்வுகளையும்,  
உறவுகளையும்  
பலப்படுத்துவோம்!

— ஜெயந்தி ரமேஷ்

தொலைக்காட்சி  
போலும்  
நட்பு

ஜாங்கிரி

# பிறந்த கதை

சீமையறகனையில், குழிப்பாக பட்சணக் கனையில் எங்கு ஆர்வம், அழகம், கைவேலைகளும் ரொம்பவே பிடிக்கும். அதனால் கலப்பதற்கான மிகப் பட்சணம் ஜாங்கிரிதான் என்று முடிவுக்கு வந்தேன் ஜாங்கிரியை செய்து பார்த்து விடுவது என்று ஆர்வமீன்று பல வருடங்களாகிறது ஆனால், சரி பிளாஷ்பேக் போகிறோம் -

நான் சின்னவனாக இருக்கும் போது, கல்யாணம் ஆன பிறகும்கூட எங்கள் வீட்டிற்கு, பட்சணம் பாணரிக் கொடுக்க வாடிக்கையாக சில மாடிகள் வருவார்கள் கனகா மாமி ரொம்பவே பிரசித்தி. அவள் எத்தும் முறுகதும், பிடிக்கும் துஞ்சு மாட்டை வக்கலாவாக இருக்கும். 'ஜாங்கிரி பிரியத்து சுட்டுண்டு முடிஞ்சுடும், கலையில்ல' என்று சொல்லி, செயலிலும் காபி மயம் நுழைந்து மணி நேரத்தில், தாலபாள்களில் ஜாங்கிரியை அடுக்கி எடுத்து வைத்து விடுவார். அதற்குப் பிறகு வந்த பின்பு, 'சி மாமி, மக்கள்மா மாமி, கனகா மாமி'யின் மகள் ராஜம் என்னைக்குமே மிக நேரத்திலாகச் செயலாளர்கள்

அவர்களைப் பார்த்ததில், 'ஜாங்கிரி பிழிவது கலயம்' என்ற மாதிரி என, 'சுக்க கலயம்' நடித்து ஜாங்கிரிக்கென்ன, ரொம்பவே சரி என்று நினைத்து, சில வருடங்கள் அதன் பக்கமே போகாமல் இருந்தேன். அதனால் கஷ்டம்தான் உபசாரங்களாகிய, ஒரிஜினல் சூப்பர் டிராபிள், மிலேகரம், வலங்கவதா, காசிக்கா என்னை என்னவாகி கொண்டிருந்தேன்.

அவ்வளவு நேரம் வந்ததற்கு போய்க் கொண்டிருந்த மனம் பட்சணம் பாணரிக் 'ஜாங்கிரி கலயம்' அல்ல என்று நிரூபணி அழைத்து இவர் என்று பிடித்து ஜாங்கிரி வந்ததிலும் அப்போது என பெண்கள் இருவரும் கிறுமிகள் ஒரு நடையை நான்மணி சமயம் பெரிய பெண், "அப்பா கோயமுத்தூரிலேவது வாங்கிவந்து வந்தாபிர், அந்த மாதிரி ஜாங்கிரி பண்ணுமயம்" என்று ஆர்டர் கொடுத்தார்.

ஆனால் யார் ஸ்டீட்டி? பெற்ற பாசம் பொங்கி வழிய, சின்ன மயதிலும் அதற்குப்பற்றும் பார்த்த கேட்ட, ஜாங்கிரி நோட்டஸ் மெல்லாய் நானளவில் ரீவைவ் செய்து விட்டு, கைத்தில் இறங்கிவேன் கர்ப்பம் பாய்க்கு ஆரஞ்சு கலரில் கிழித்து. கோயமுத்தூர் விசுவநாதய்யர் கடை நெய் ஜாங்கிரி எனக்கும் பிடிக்கும். நெய்யில்வாஸிட்டாலும்

யெவ்வெவ் வாக்வி கலயச்சினால் போதுமே!

குதிக்குவென்று கீழே ஓடி விட்டுச்

லலிதா கிருஷ்ணமூர்த்தி



சொத்துக்கார மாமிமீடம் குழந்தைகளை பார்த்துக்  
கொள்ளச் சொல்லி விட்டு உய்யாவ ரோடு போய்  
பெண்ணெய் வாங்கி வந்து காய்ச்சி முடிக்கவும் மாமி  
மூச்சிறைக்க மேலே வந்தார்.

"ஏன்யு.மாமி, அதுவ் கொஞ்சம் கஞ்செல்பீன்ஷயா  
ஐம் போடக் கூடாதோ" என்று கேட்டுக் கொண்டே  
நெய் தூக்கில் ஹக்க நுழைத்தவர். "ஆமா, நயாலலிப  
படசனாய் ஆரம்பமா!" என்று அக்கைறபுடல்  
விசாரித்தார்.

"கஜாதா நுங்கிரி கேட்டா மாமி. அதான்" என்று  
மகா பெயில் உயறல் உளறினாள்.



மாமியின் கொட்டைபாக்கு கண்கள் அகல விரிந்தது. "ஒளக்கும் பிழிபத் தெரியுமா?"

"அதுக்கென்ன, கத்தறப்போ பாத்துருக் கேள்" என் அடாவடி பதிலில் அசுத்த மாமி, அடுத்த நான், நான் ஜாங்கிரி பிழிய உததெசித் துள்ள நேரம், காலம், தான், துச்சத்திரம் எல்லா வற்றையும் கற்றது கொண்டு, "பிழியறதுக்கு முந்தி சொல்லியனுப்பு" என்று மிரட்டி விட்டுப் போனார். சொல்லியனுப்புவதற்கு முன்னாலேயே வந்து சேர்ந்தார். தான், உருத்து அரைத்து, சர்க்கரை கரைத்து என்று பண்ணுவது எல்லாவற்றையும் மிக அருகிலேயே இருந்து, பேசிக் கொண்டே கவனித்தார். அவருக்கு ஜாங்கிரி பிழிவதென்றாலே பயமாக. அதனால் ஒருமுறை கூட பண்ணிப் பார்த்ததில்லைவாம்!

"இதுவ பெரிவா பின்னவா என்று வய சென்ன இருக்கு? தீ பன்றதை பார்த்து கத்திவிட்டுப் போதேன்" என்று மாமி வைத்த துளில் உருகிப் போய், மாமிக்கு 'திக்காக காப்பி போட்டுக் கொடுத்து விட்டு, வேலையை ஆரம்பித்தேன்.

ஜாங்கிரிக்காகவே புதிதாக வைத்த ஆளான காடாத்துணி கர்சீப்பில் மாவு போட்டு, பின்னையாரப்பனை மனத்தில் திணைத்துக் கொண்டே பிழிந்தேன். ஆறா, என்ன அருமை யாக கத்திபது தெரியுமா? இதுப்பச்சட்டியை ஒரு ரவுண்ட் வருவதாக கங்கணம் கட்டிக் கொண்டு அது கற்ற, அதன் பின்னாலேயே, 'இந்தா பீடி இன்னொரு வகையம்' என்று தான் கற்றட வேப்பா அது? அணக்கால் வைத்த தால் நினைதிய ஆக்டபஸ் போல விரித்து போயே போகக்!

ஒவ்வொன்றும் ஒவ்வொரு தினசராக பொரித்து தன்னியது என்றுதான் சொல்ல வேண்டும். ஆனால் அதில் ஒன்று கூட ஜாங்கிரிக்கு இவக்கணமாக இவ்வை இவற்றினுடே எவ்வுடைய பாதுகாப்பு வகையத்தின் மாமி

தீபாவளி முறுக்கு, தேசீகுழல் போன்ற பட்சணங்கள் செய்யும் போது, தீரோடு சிறிதளவு தேசீகாய்ப் பால் சேர்த்து பிசைந்தால் தேசீகாய் பேசிட்ட வசனையாக பண்டாரம் குப்பராக இருக்கும்.

- ச. கவுண்டி



தான்! அட்டவணம் வேறு, வெறுப்பேற்றியது. என பின்னாலேயே மாமி தின்று கொண்டு, என் கழுத்து வழியே புண்புண என்று மூச்சுரைக்க தன்னிக காமெண்டரி கொடுத்துக் கொண்டிருந்தார்.

"தீ இப்படி துணியில் பிழிவப்படுது. கொட்டாங்கச்சிலுதான் பிழிவா என்று கேள்வி! அதது ரெடி பண்ணினாடுதான் காரியத்துவ இருக்கணும். என்னமா ஒடறது பாடி? இதுக் கெல்லாம் சட்டுனு கை நகரணும். அதோ அங்க போந்து பாரு அத்த துண்டை நிரப்பிப் போடு. சரிவா வேகாது போலிருக்கே. ஏன் டிம்மா கேசரி பவுடா கம்மியோ! ஒரே 'வெயினர்' என்று இருக்கறாப்புல படந்து. தீவை கம்மி பண்ணு!"

ஆவலோடு கேட்ட பெண்ணிற்கு கப் திணை அன்னிக் கொடுத்தேன் இனிப்பு பிச்சர். ஆனால் முதல் அனுபவத்தில் ஒன்று தன்னாக கற்றக் கொண்டேன் - எத்தச் சமயத்திலும் ஜாங்கிரி பண்ணும் வைபவத்தை முங்கட்டியே உரைத் கூடாது என்பதுதான் அது. என்னுடைய 'கைவண்ணம்' செப்தி அன்று மாலைக்குள் பரவி, அடுத்த நான் 'யாசலில்' பாவ்வை கொலம் போடும் போது கைரக் காரம்மாவிட்டே பேரம் பேகம் போய் என்று எத்தேரமு அக்கமபக்க 'உதவும் மொழிகெனல் வாம்' சகட்டுமேனிக்கு ஐடி யாக்களை அணித்து விட்டார்கள். இத்தனைக்கும் அவர் கம் யாகுமே ஜாங்கிரி செய்து பார்த்தது இவ்வை எல்லாவற்றையும் கேட்டுக் கொண்டேன், வேறென்ன செய்?

அதற்கப்பறம் வகுத்திற்கு நான்கு தடவை வேளும் 'கமமா' ஜாங்கிரி செய்து டார்ப்பது என் விட்டில் நடவடிக்கையாகி விட்டது. "இந்தத் தீபாவளிக்கு என்ன, ஜாங்கிரியா!" என்று என கைவர் கேட்குமளவிற்கு ஜாங்கிரியே பிரதானமானது. அப்படியென்றால்! முதலில் அதைச் கற்றுவேன். அது கற்றும், தான் அதைச் கற்றி ஒருவேன். முடிவில் அக்குவேறு - ஆணி வேறான ஏதோ ஆரஞ்சு வலி ஒரு சம்புடத்தில் அன்னி போடப்பட்டு, பின்னுக்குத் தன் கப்படும் இதன் பிறகே சகல லட்சணங் கிணாடு கடிய எமகுர்பாது, ரவாலாடு, சூர்வ கலா இத்தபாதி அடுப்பேறும்.

ஒரு தீபாவளிக்கு, மெனக்கெட்டு அம்பத் துரிலிருந்து டாக்கி பிடித்து வந்த தாத்த னாரின் தாத்தனாரிடம், என் பெண் (அவள் என்னை விட மிகப் பெரிய உதறி) "மாமி, எங்கம்மா ஜாங்கிரி கூட பண்ணியிருக்கா" என்று கத்தி, பட்டாக கத்தத்திற்கு மேல் சொல்ல - வத்தது வினை. "குடுக்கவே யில்லியோ!"

"அது சரிவா வரலை," நான் மென்று முழுக்க, "பரவாயில்லை கொண்டாக்க, ஜாங்

உப்பு என்றால்

# Kristal

Kristal என்றால்

# உப்பு



- \* ஒட்டாமல் உதிகும் தன்மை
- \* ஆரோக்கியத்துக்கு ஏற்ற அயோடின்
- \* எல்லா கடைகளிலும் கிடைக்கிறது.

கிரிஸ்டல் உப்பு என்று  
கேட்டு வாங்குங்கள்

G. Das & Co Ltd.,  
Chennai - 600 029.  
Phone : 3742626, 374111

வியாபார விசாரணைகள் வரவேற்கப்படுகின்றன

கிரி பண்ணிட்டு உள்ள வெச்சு மூடலாமோ?"

வேளியே வந்தது சம்படம் ஆனானுக்கு ஏக கவிமன்டஸ். இதனிடையில் தான் "ஏ-ஒன்" ஆக பண்ணியிருந்த உக்காளா. பதிர்ப்பை, கோஷா கேக, இனிப்பு முத்திரி எல்லாம் பின் னுக்குத் தள்ளப்பட்டது - பேச்சில்! எட்டு வயது அசோக்.

"மன்னி இது 'சி'. இது 'ஓ'. ஏன் இது 'வி'." என்று ஒவ்வொரு துண்டாக எடுத்து வினா பரப்படுத்தினான் தடுவில் தான் முறைத்த முறைப்பில் என பெண தடுவிலி விட்டான் அவர்கள் ஒருவழியாக போன பிறகு அவளுக்குக் கிடைத்தது செம டோன் இதிலிருந்து எனக்கு இரண்டாவது பாடம் -

"தீபாவளிக்கு இளவெண்ணெய், டீஸ்கவரி எல்லாம் செய்யாதே. செயதாலும் சொல்லாதே. முள்ளாளேயே குழந்தைகளை (சமயத்தில் கணவனரையும்) மிரட்டி வை!"

ஆனாலும் விடவில்லை பண்ணிக் கொண்டுதான் இருக்கேன் ஏதோ ஒரு படசண் பாட்டி. "பிழியறுதிதல்லாம் எகப்பழக்கம்தான் காரணம் என்று சொன்னதை வைத்து இப்படி ஒரு முடிவு கமமா சொல்லக் கூடாது ஒவ்வொரு நடவை ஒவ்வொரு மாநிலி வரும் - தட்டை, மூட்டை, அப்பம், ஆப்பம், பூதி, கூடக்ம். கேள்விக்குறி, ஆச்சரியக்குறி, அம்புக்குறி என்று இஷ்டத்திற்கு வரும். ஒரு நடவை கூட முழுதான் பூரணமான ஜாங்கிரி வரவில்லை.

ஒரு சர்க்கிள் சுற்றி விட்டு வண்பும் ஆரம் பிப்பதற்குள், ஆரம்பித்த இடம் ஏதோ உயி வந்த குட்டிப்பிசாசு போல், முணைத்து, முறுகி, பிழிந்து கொள்ளும். சரி, அப்படியே அது சமாத தாக பிழைஸ் பண்ணிவிட்டாலும், பூப்போல் வண்பங்கள் கமமா இருக்குமா? ஒட்டை விட்டுக் கொண்டு, 'பே' என்று பாதிவரக் விண்டு, 'இறங்க நாட்டேன் போ' என்று பக்கத்து வண்புத்தில் ஏறி, டாட்டா சொல்லி ஓடி - என்னத்தைச் சொல்ல!

மனது வேறு இடித்தது 'எண்ணெய், சாக் கரை என்ன வினா விநிதந்து. அடிக்கடி பண்ணிப் பாராக்கக்கூடிய சாராரம்', என்று இடித்த ப் பெரிய மனச்சாட்சிக்கு, கைமேலு பதிலு - 'கொருலாஷ்டமி' பட்சணம் பண்ணித்தானே ஆக வேண்டும் 'கிருஷ்ணா, குருயாபூரப்பா, துளக்கு தல்ல ஸைட் வேணும்மா, இந்த ஜாங் கிரிய நல்ல! கதலிக் குடு', கிருஷ்ணன் காவை வாரிவார் அன்று எம்ப்ராய்டரி எல்லாம் பிங்கா சிப்ஸ் போல் பிரஷன் ஆவெது கமமா விரும்புபவோ, விநாயக் சதுர்த்தி, ஒணம், நவ ராத்திரி, என்று பெரிந்து தன்னினேன் ஒட்டையே இல்லாத உருத்து தோணை, பூத வணை குழல்கள் கொண்ட சேவின், இதுப்பச் சட்டியை அடைத்துக் கொண்ட ஜயனட் ஸைன் இடியாப்பம் இப்படி பஸ்பஸ் ஜாதகிரி சுற்றினேனோ இவ்வையோ, அதன் பண்பித ருப



லாசுதத் தன்னை நடுக்கிப் போ. மேன் இக்கையெனில் தன்னிடம் ஒரு மூடி எதுபின்ன ருத்ததப் பிழிந்து அதனுள் நடுக்கிப் போட்டான் தன்ரு தவ் வெள்ளைபாகவே இருக்கும். வை சுறுத்துப் போகாது.

- டக்ஷி ரஞ்ஜாதம்.

பெதங்கனால் என தலை சுறையது திரும்

தடுதடுபே என துல்லிக்கரண்டியில் சிக்கும் சணமயல்கார மாமா. மாமிகளையும் விட்டு வைக்கவில்லை. அவர்கள் கையில் ஏதேனும் ரகசியம் உனதென்றால், டீபஸ் கிடைக்காதோ என்ற ஆவல்தான் ஒதுமுறை என அண்ணன் விட்டில் விழுந்திருக் ஜாங்கிரி ஸுவீட் என்ற மெறு நெரிந்தவுடன். முத்தைய தானே அண்ணன் விட்டில் முறுளைகவிட்டேன். சணமயல் காரரின் அகில்டெண்ட் உருத்து ஊதா போடு வது முதல், சுல்லுரல் சுழலுவது, சணமயல்காரர் பிழிதல் தான் தயார்படுக்துவது. எம்லாவற வறையும் கண்களில் வினக்கெனையென உன்றிக் கொண்டு மாததேன் குளமான என்னெனையில், அகில்டெண்ட்டும் ஏன் இட்டுக் கொண்டே என்னமாய் சுற்றினார், மூக்கில் விரவை வைத்தேன் போங்கள் லாவகமாக, அம்பரம் போல் சுற்றை விரல்களிலிருந்து, திரிடங்களில் பூப்பூவாய விரிந்து சுறையது ஒவ்வொன்றும் டக்கக்கெனது பூப்பாலாடை சுறைய கொண்டு மிதக்கினை அழகெனன் அச்சில் வாரத்தது போல் எல்லாம் ஒரே ஸைன்!

"பாத்துக்கொங்கோ மாமி. இப்படித்தான் கத்தணும்" என்றார் அவர்.

"அது சரி, நானும் இப்படித்தான் கத்தப் பாக்கதேன் அதென்னவோ தீவக பன்ற மாநிலி வரவே மாட்டேங்கதது." இது தான்.

"எண்ணெயில் மாவ விரிந்தா ஒட்டதான் செய்யும் நாமதான் மல்லுக்கு திண்ணு சட் டென்று கத்திட்டணும்" என்றார் சணமயல்காரர், எனனால் பரிதாபமாகப் பார்க்கத்தான் முடிந்தது.

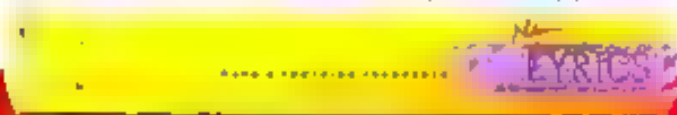
இப்போதெல்லாம் என மகன் ஜாங்கிரி சுறையிரான் திண்ணமாய்

தான் செய்வதைப் பார்த்துப் பார்த்துத் தானே வந்த கவை அவளுக்கு எப்படியானால் என்ன, எனக்கு ஒருவழியாக ஜாங்கிரியை வழிக்குக் கொண்டு வந்த பெருமை!





இனியும் காலமும் என்னை காலத்தோடு மனதில் ஒரு காலத்தோடு என்னை!



கவிதைகள், கவிதைகள், கவிதைகள், கவிதைகள், கவிதைகள்



# சௌபாக்யா

சக்தி

**No.1**

முதல் காரணம் : வாடிக்கையாளர்கள் ✓  
முக்கிய காரணம் : வாடிக்கையாளர்கள் ✓

**2 வருட  
உத்தரவாதம்**

CERTIFIED  
**ISO  
9002**  
COMPANY



தேவகாய் துருவ



தேவகாய் துருவ



தேவகாய் துருவ



தேவகாய் துருவ



## SOWBAGHYA®

அன்றும்... இன்றும்... என்றும்... உங்களுக்காக!

32A, North Usman Road, T.Nagar, Chennai - 600 017 Phone : 8253547 / 2908 / 2234420

314, Perundurai Road, Erode - 638 001 Phone : 260245 / 268965

182, Veera Pillai Street, Bangalore - 560 001 Phone : 5320627

E-mail : sowbaghya@eth.net www.sowbaghya.com

*Dealership enquiries are solicited*

# மசக்கைப் பெண்களுக்கு புளிப்புச் சமையல்!

மசக்கையில் இருக்கும் பெண்களுக்கு வாங்கு குளியாக எதுவுமே சாப்பிடப் படிக்காது. புளிப்பு சமையல்தான் என்றால் கொஞ்சம் கலவரமாக இருக்கும்.

## சிந்தாதுபொடி

ஆத்திராவில் 'சிந்தாதுபொடி' என்று கூறப்படும் இது அனை வரும் விரும்பிச் சாப்பிடும் பொடி வகை. புளியத்துயிர் கிடைக்கும் சிசுவில் அதை வாய்க் (ஆத்திராவில் இதைத் தெருவில் கொண்டு வந்து படிப்படியாக 'விற்பார்க்கு' (துமிழ்நாட்டில் சிறை விற்பவர்களிடம் சொன்னால் கொண்டு வந்து கொடுப்பார்க்கு) காம்பு இல்லாமல் (புடைத்து) கத்தம் செய்து நிறையில் உலர்த்த வேண்டும். பின்னர் அதோடு,

வரமிளகாய் தேவையான அளவு,

உளுத்தம் பருப்பு - 2 மஸ்பூன்,

கடலைப் பருப்பு - 2 மஸ்பூன்,

வெ - 2 மஸ்பூன்,

பெருங்காயம் வாசனைக்கு,

கிட்டினை வெந்தயம் இவற்றை வாய்வியில் சிறிதளவு எண்ணெய் வீட்டு வறுத்து எடுத்து விட்டு அதோடு புளியத்துயிரையும் உப் பையும் சேர்த்து மிக்கையில் பொடி செய்வ வேண்டியதுதான்.

பாட்டிலில் போட்டு வைத்துக் கொண்டால் தேவைப்படும் போது உபயோகப்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

## புளியம்பிஞ்சு தொக்கு

புளியத்துயிர் பொடிக்குத் தேவையான மேற்கண்ட பொருட்களையே வாய்வியில் வறுத்துக் கொண்டு, விதை வில்வாத புளியம்பிஞ்சு கிடைத்தால் அதைப் பொடியாக நறுக்கி (விதை இருந்தாலும் எடுத்து விடலாம்) மிக்கையில் ஓட்டினால் புளியம்பிஞ்சு தொக்கு ரெடி.

இதையே இன்னொரு விதமாகவும் செய்யலாம். புளியம்பிஞ்சு, உப்பு, வரமிளகாயை (வாய்வியில் கிட்டினை வெந்தயத்தோடு வரமிளகாயை வறுத்துக் கொள்ள வேண்டும்) எந்தளவு அளர்த்து, ஒரு கரண்டி எண்ணெய் வீட்டு கடுகு, பெருங்காயம், கிட்டினை மஞ்சள் பொடி, கருவேப்பினை தூவித்து, அளர்த்த விழுதை அதில் போட்டு வேசாக வதக்கி எடுத்து வைத்துக் கொண்டால் ஒரு வாரமானாலும் கெடாது.

## புளியத்துயிர் பருப்பு கூட்டு

கத்தப்படுத்திய (கெட்டியான காம்பு இல்லாமல்) புளியத்துயிரோடு, 4 பச்சை மிளகாய் சிறிப் போட்டு (ஒட்டு மாங்காய் இருந்தால் ஒரு கைப்பிடி துண்டுள்ள சணைமாக நறுக்கிப் போடலாம்) வேகவைத்து, அதோடு ஒரு கப் வேகவைத்த துவரம் பருப்பை சேர்த்துக் காளடியால் நன்றாக இணைத்து, உப்பு, மஞ்சள் பொடி, பெருங்காயம், கருவேப்பினை சேர்த்து, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு தூவித் தால் கைவயான புளிப்பான புளியத்துயிர் பருப்புக் கூட்டு ரெடி.

## கனாக்காய் பருப்புக் கூட்டு

கனாக்காய் தெரி யுமா? விதாய்களுக்கு வைத்துப் படைப் போடும் அதை சிறு துண்டுகளாக்கி பச்சை மிளகாய் சிறிப் போட்டு, துவரம் பருப் போடு சேர்த்து வேக வைத்து, சிறிதளவு மிள காய்ப் பொடி, வெந்த யப் பொடி சேர்த்துக் கலக்கி, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கடலைப் பருப்பு, பெருங்காயம், கருவேப்பினை தூவித் தால் கைவயான கனாக்காய் பருப்புக் கூட்டு தயார்.

மசக்கைப் பெண் களுக்கு மட்டுமல்ல நமக்கும் வாய்க்கு குளியான் சமையல்தான் இது.

— ஜோபாலக்ஷ்மி



1960-1961 1961-1962 1962-1963

**Abstract**

**July**      **August**      **September**      **October**

Franch, D. J. NH: 441 (1991)



செய்வானை பல்கலைக்கழகத்தில் தனது பெற்ற

45. From the table, French Oil NH' costs 24¢ per Ton and 15.24

பலியாறு நதி கி.மீ. 150 க்கு மேல் நீர்வரம்பு இல்லாதது.



- [illegible]





என் மகளுக்கு மெல் உதட்டில் ரோமம் மிக அதிகமாக வளர்ந்திருக்கு. எனக்கு மிகவும் கவலைவாயாக இருக்கிறது. பிழட்டி பார்வர் செல்வவாமா? திரத்தாத தீர்வான எலக்ட்ரானில் செயல்வாமா? தீர்வு கூறவும். ஷேவர் மூலம் முடிவை நீக்கவாமா?

காந்தா கவாமிநாதம், பம்பாய்.

நாம் சரப்பிடும் உணவில் தண்ணீரைப் பொறுத்தும் தரகால் உணவு முறையும், பாரம்பரியமுமே சோத்து தான் இவ்வாறு வருகிறது. IN வயதுக்குப் பின் தோல் திண்ணரின் ஆலோசனைப்படி ஷேவர் (திரத்தாத தீர்வு) செய்து கொள்ளலாம். கவனப்படாமல் இருக்கவும் நன்றிய முடி இருப்பதால் வேகமாக இலவலவென்றால் திரெடல் செய்து கொள்ளலாம் தயவுசெய்து ஷேவர் உபயோகிக்காதீர்கள். முடி அடர்த்தியாக வரும், தோல் தடிமனாகி விடும்.

பாடி மசாஜ் ஏன் செய்து கொள்வ வேண்டும்? உடற்பயிற்சி முடிந்த பின் செய்து கொள்வவாமா? உடற்பயிற்சியி

# பெருக்குக்கு அழகு செய்யு.

எனல் என்  
எனெய் பனச

அதிகரிக்குமா?

ரமா உதாநாத், கண்டகர்.

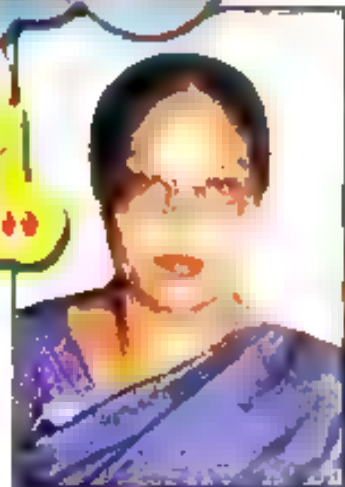
முலிகை என்னெய் மசாஜ் பாயு மசாஜ் தற்காலிகமாக உடரின் இரத்த ஓட்டத்தை அதிகரித்துத் தோலின் சுரப்பசையை அதிகரிக்கச் செய்யும். முதலில் முலிகை என்னெய் மசாஜ் செய்து பின்பு உடற்பயிற்சி செய்தால் உடற்பயிற்சியினால் உண்டாகும் விலாண், உடம்பில் என்னெய் பனசுபுடன் கலந்து தோலிற்கு அதிகமான என்னெய் பனசையைத் தரும். பின்பு அளர்மணி நேரம் கழித்து குளித்தால் தோலிற்கு மினுமினுப்பும் ஏற்படும்.

உடற்பயிற்சியினால் என்னெய் பனச அதிகரிக்காது. என் என்ெய் பனச அதிகரிப்பதும் ஊறுவதும் இரண்டும் என் என்ெய் சுரப்பிசுளைய் பொறுத்தது. பாடி மசாஜ் செய்வது மூலம் வயதிலால் உண்டாகும் சருமத்தின் வறட்சியைப் போக்கி தோலுக்கு மினுமினுப்பைத் தரலாம். மாதம் ஒருமுறை செய்தால் தயவ பலன் இருக்கும்.

என் தகங்கள் அழகாக இருக்க என்ன திரத்த வழி? தக இருக்குகளில் வெடிப்பு காணப்படுகிறது.

கலோசனா,

எட்டிடக் கலைய திபுனார்.



பதில்கள் :  
ஹேமா லக்ஷ்மண்  
மேலது ஹதாம் உணவின்  
கவல திபுனார்

உடல் குடு காரணமாகவும். இதோயின் வறட்சித் தன்மையிலுள்ள பெண்களின் கைகளை கடினத தன்மையாகவும், தலங்கள் உடைத்தும் நக இருக்குகளை வெடித்தும் காணப்படும்.

முதலில் மிகமான குடாண் வெந்நீரில் ஸ்ராமியு போட்டு கைகளை அதில் தளைய விடவும்.

10 நிமிடங்கள் கழித்து எடுத்து தலகளைச் சுத்தம் செய்து தக்க சுத்திரியாவ அலவது நெலில் சுட்டரால் ஓயல் ஷெப்பில் தலகளை வெட்டவும்.

கையில் மத்திய பாகம் வீரங்கள் தலகளை ஆயிலவற்றை பாதாம் எண்ணெய் கொண்டு மசாஜ் செய்யவும். இவ்வாறு வாரம் இருமுறை செய்தால் வெடிப்பு மறைந்து கைகள் அழகாக இருக்கும் தலகளை தன்றாக வளர பாக. கால்லியம், வைட்டமின் சி, வைட்டமின் ஐ அதிகமாக சாப்பிடுதல் அவசியம்.

கண்ணின் கீழ் உருப்பு வளையம் உள்ளது. மூலிகை யோக் மூலம் சரியாகி விடுமா? எப்படி பெற்றுக் கொண்டது?

ரோஷிமார், கோலம்புத்தர், ரோசரியாக எட்டு மணி நேரத் தூக்கம் அவசியம் என்றாலும் சரியான அளவு இது தான் என்று வளையங்களை முடியாத சரியான தூக்கம் கருவளையம் வராமல் தடுக்கும் கண்ணில் பதேற்றம் கொள்ளாது இருந்தால் உதவளையம் ஏற்படும். டாக்டரிடம் ஆலோசனை பெறுவது சிறந்தது. மூலிகை யோக் மூலம் உபகருக்கு தல்ப பவன் கிடைக்கும் சருமத்தின் மேல் உள்ள கறுப்பு மறைவும் (கண்ணைச் சுற்றிப் போட்டால்)

முறைப்படி சருமத்தை எப்படிப் பாது காப்பது? தலங்கள் எப்படித் துவங்க வேண்டும்? விரியான பதில் எழுதவும். இவற்றை உணவு முறையும் விவரமாக எழுதவும். (குண்டாகாமல் இருக்க என்ன செய்தது? ஹென்ஸா, ஆயில் மசாஜ் அவசியமா?)

கல்லூரி மாணவிகள், ஐ.ஐ.டி. பிசுன்கள், ஒஸ்லோசுவரும் தன் சருமம் தலம் நிறத்துடனும் பொலிவுடனும் இருக்க வேண்டும் என்றும் ஆசை கொள்கிறார்கள். இவற்றை முறையே சிறந்தது சருமத்தைப் பராமரித்தல் உடனடிப் பராமரித்தல், ஆரோக்கியமும் அழகும ஒன்றோடு ஒன்று இணையிரியாதவை தல்ப சரிவிகித உணவும், திறை தன்னிற்கும்.

சரியான உடற்பயிற்சி, 7-8 மணி நேரத் தூக்கம், சரியான சருமப் பராமரிப்பு உபகருத்துப் புத்தாளமும், புதுப் பொலிவும் வழங்கும். முறைப்படி சருமத்தைப் பாதுகாப்பது என்றால் வாரம் ஒருமுறை உச்சி முதல் பாதம் வரை வேண்டியவைகளைச் செய்து கொள்ளவும்.

1 தலைக்கு ஆயில் மசாஜ், வெள்ளை போட்டு ஒரு மணி நேரம் கணிப்பின் தளிக்கவும்.

பெருதுவாக தான் உபயோகிக்கும் ஹென்ஸா உயாதர மூலிகைகளைக் கொண்டு தயாரிப்பதால் உடல் குடு குறைந்து தலை முடிக்கு வேண்டிய போஷாக்கு கிடைக்கிறது. மூலிகை எண்ணெய் தலைமுடிக்கு பட்டு போன்ற தன்மையையும் கொடுக்கிறது. தினம் இரண்டு தடவையாவது முகத்தைக் கழுவிக் கொள்ளவும் வாரம் ஒருமுறை யோலிச்சூர், பெருசூர் செய்து கொள்ளவும் அட்ட மண்ண உபகருக்கு எப்படி செல்கரியமோ அப்படிப் போட்டுக் கொள்ளவும்.

உழுத்துப் பகுதிக்கு தலம் கலனம் (தலை, பகுதித் தலம் மாயசுரைஸா போட்டு உழுத்துப் பகுதியில் அழுத்தத் தேய்க்கவும். உழுத்துக் கறுப்பு குறைவும் வாரம் இருமுறை செய்யவும்.

மணைக் காய்கறிகள், சாடைகள், பழங்கள் திறை சாப்பிடவும் மோர் நன்கு காய்த்து சாப்பிடவும் குண்டாகாமல் தடுக்க ஒரே வழி தினமும் அரை மணி நேரம் வாக்கிங் போவது தான் ஆரோக்கியமான சருமத்தைப் பெற தல்ப சாட்டச்சத்துகள் உண்டும், மாந்திம்மியுமே. இரவில் படுக்கும் முன்பு குளித்து எறட்டி போடும் முன் உணர்வடைகளை கட்டாயம் வேறு மாற்றி விட்டுப் படுக்கவும். கைதாரம் அவசியம் வெர்ஸையினால் தோல் கறுத்துப் போகும்.

உடற்பயிற்சி, வாக்கிங் இவ்வாறும் பகுத்துக் கல் மூலம் இணைக்க முடியுமா? என்னால் காலையில் எழுந்திருக்க முடியவில்லைய, கஞ்சாராவ, பம்பாய்.

கறுகறுப்பான சொல்லுக்கு அடிப்படை உடல் வலிமை வலிமைக்கு அஸ்ஸிவாரம் உடற் பயிற்சி நெளரல் பிட்ளஸ் கிடைக்க உடற் பயிற்சி அவசியம் உடற்பயிற்சியினால் தூசுடன் உறுதிபடும். இரத்த ஓட்டம் சீராகக் கிடைக்கும் மருத்துவம் மூலம் எடைகுறைப்பு பற்றி எனக்குத் தெரியவில்லை. டாக்டர் ஆலோசனையின்படி செய்யவும்.

ரூபியிசை பத ஹிசைண்டு வெகுதல் புதிதான அமைத்த நீரை வற்றிக் குடித்தால் மிகவும் குடிசைகள் மண்ணைக் குடிக்கும். உடம்புக்கும் தல்வது.

- கங்குலி சங்கரதன்.





**பழையன**

கழிதலும் புதியன  
புதுதலும் என்பதை  
தவறாகப் புரிந்து  
கொண்டு நம்  
வாழ்க்கைக்காக பல  
பாஷ்னா  
சம்பிரதாயங்களை  
அதன் உண்மை  
பொருள் தெரியாமல்  
வகலித்து விட்டு  
தீபாவளி என்பது  
வெறுமல் பட்டாக,  
மட்டமான,  
பாசனங்களின்  
பண்டிகையாக மாற்றி  
விட்டிடாம். அப்படி  
தாம் மறந்து தீபாவ  
சம்பிரதாயங்களின்  
ஒன்றுதான் 'கங்கா  
ஸ்தானம்'.

தீபாவளி அன்று  
எதுபாடுபவர்களிடம்  
"கங்கா ஸ்தானம்  
ஆச்சா?" என்று  
விசாரிக்கிறோம். 'அட  
அதற்காக கங்கை  
நீரையா கொண்டு வர  
'ரூபயூ' காவேரி  
நீருக்கே இங்கே  
நீண்டாட்டம் இதில்  
கங்கைக்கு எங்கே  
போவது' என்று  
கிண்டலாகக்  
பேசப்பவர்களே அதிகம்.  
கங்கா ஸ்தானம்  
செய்ய கங்கை நீர்  
'ஸென்டுமென்பதில்லை'.  
மக்கள் ஆனந்தமாய்  
தீபாவளி பண்டிகை  
கொண்டாடுவதைக்  
கண்ட கங்காபேரறி  
விஷ்ணுவீடம் தானும்  
அதில் கலந்து  
கொண்டு அதை

# கங்கா ஸ்தானம் ஆச்சா?



கொண்டாடுவார்களாகும்  
ஏதேனும் உதவி  
செய்ய விரும்புவதாகச்  
சுறினாராம்.

விஷ்ணு தீபாவளி  
அன்று மட்டும்  
அதுவும் சூரிய  
உதயத்திற்கு முன்  
உலகிலுள்ள கங்கா  
நீரிலும் கங்கா பேரறி  
வியாபித்திருப்பான  
என்றும், அதற்கு  
'குறிப்பிட்ட' நேரத்தில்  
யார் ஸ்தானம்  
செய்தாலும்  
அவர்களுக்கு  
கவலையில் நீராடிய  
புண்ணியம்  
உண்டாதும் என்றும்  
வரமளித்ததாக  
சாஸ்திரங்கள்  
உறுதிப்படுத்துகின்றன.

எனவே தீபாவளி  
அன்று  
சூரியோதயத்திற்கு  
முன் எந்த நீரில்  
ஸ்தானம் செய்தாலும்  
அது கங்கா  
ஸ்தானமே.

ஆனால் விடுமுறை  
விளம்பர அன்று  
பலரும் நிதானமாக  
எழுந்து குனிந்து  
மீட்டு, "கங்கா  
ஸ்தானம் ஆச்சா?"  
என்றால் பலபாச  
தலையாட்டுகிறார்கள்.  
இந்த வகுடமாவது  
சூரிய உதயத்திற்கு  
முன் ஸ்தானம்  
இல்லை இல்லை.  
'கங்கா ஸ்தானம்'  
செய்யலாமா?

— பத்மஜா  
ராமகோபால்





தமிழக சாஸ்திர அக்காடமி

தமிழக சாஸ்திர அக்காடமி



**தேர்வுத் தேர்வுகள்**

தமிழக சாஸ்திர அக்காடமி

தமிழக சாஸ்திர அக்காடமி

தமிழக சாஸ்திர அக்காடமி

20%

குறைவு

60%

வாங்கு



## வித்யா என் (திருப்பாடல்) இசையமைப்பாளர் :



• வித்யா

திபாவளி போன்ற பண்டிகை நாட்கள் என்றாலே குடும்பத்துடன் - உறவினர்களுடன் சேர்ந்து நிறைவாகக் கொண்டாட வேண்டுமென்பதுதான் நம் எல்லோருடைய விருப்பமும். பணி நிறித்தும் வீட்டையும் குடும்பத்தையும் விட்டு பரப்பல மைங்கள் தள்ளியிருக்க வேண்டிய கட்டாயத்திற்குத்தான் 'அந்த ஒரு நாளுக்காக' பல நாட்கள் பயணப்பட்டு வருவோரும் கூட உண்டு. பண்டிகை நாட்களில் சேர்ந்திருந்து கொண்டாடுவதில் சிடைக்கும் நிறைவே தனிதான்! அப்படி தங்கள் ஊரை நோக்கிப் பயணப்பட்டு தனிக்க முடியாத நிறைவளிதான்! சென்று சேர் முடியாமல் நடுவழியில் நின்று 'திபாவளி'யை அங்கேயே கொண்டாடிய அனுபவமும் சிலருக்கு உண்டு!



திபாவளி போன்ற பண்டிகை நாட்கள் எல்லோருக்குமே மகிழ்வையும், நிறைவையும் தரக்கூடியவைதான் என்றாலும் எங்களைப் போன்றவர்களுக்கு தாய்களாடுபட்டுள்ள திரைப்படங்கள் வேறறி பெற்று தனக்கு தனிமில்லாமல் ஒருவதும் - தாய்கள் இசையமைக்கும் பாடல்கள் மக்களிடையே 'தரிட்' ஆகி பெறும் வர வேறுபு பெறும் நாட்களும்தான் உண்மையில் திபாவளி போல மகிழ்வும், நிறைவும் தரும் நாட்கள்.

சில ஆண்டுகளுக்கு முன்பு திபாவளி ரிலீஸ் பட வேளையின் அனைத்துதையும் முடிந்த பின்பு அவரை அவரை மாற விசாகப் பட்களைத்துக்கு



அருகில் உண் எங்கள் ஊருக்குக் கொண்டுபோன. என் மனைவியும் குழந்தைகளும் அங்கே ஏற்கெனவே சென்று விட்டனர். கொம்பும்பொதே இங்கு மனது தாழிக் கொண்டிருந்தது ரவியில் பயணித்த போது வழியெங்கும் மனது, பெய்யும் மனதுடன் அளவு கூடிக் கொண்டே போக ரவிய தண்டலாசனங்களில் புளவுக்கு அதிகமாகத் தண்ணீர் தேங்கி நிற்கவே 'ட்ரெயினார்' மேற் கொண்டு ஓட்ட முடிவானால் பல மணி நேரம் அப்படியே நிறுத்தி விட்டனர்

குழந்தைகளுக்காக தான் அவசரமாக வாங்கி வந்த புதிய உடைகளும், இனிப்புக்களும், பட்டாக்களும் 'என் மனைவி எங்கள் எல்லோருக்கும் புதிய ஆடைகள் வாங்கிச் சென்றிருந்தான் என்றாலும் என் ஆசைக்காக தான் வாங்கிய உடைகளை உரிய நேரத்தில் குழந்தைகளுக்குத் தர முடியாமல், குளிக் கிவோ புதிய உடைகளோ அணிய வழியில்லாமல், கைவிட்டுத் தனிப் புக்கனை வாயில் போட்டுக் கொள்ள மனமில்லாமல் அன்று தவித்தது?

• வித்யா



அன்று மாலைக்குள் தண்ணீர் வடிந்து விட்டது திராவணி அன்று மாலை தான் வீடு போய்ச் சோந்ததேன். எங்களுக்கு அன்று மாலைதான் திராவணி.

### விழுவலட்சுமி (வங்கி ஸ்திரீஸ்)

"ஏற்கனவே பத்து ஆண்டுகளுக்கு முன்பு குழந்தைகளுடனும் அவருடனும் மைசூரில் உள்ள என் பெற்றோர்களைப் பார்த்து வர விரும்பினேன். அந்த வரலாறு அங்கேயே திராவணி கொண்டு டாட் வேஸ்டுமென்ட்பது எங்கள் திட்டம் போகிறது என்று ப்ரெஸிஸில் சென்ற தாய்கள் அங்கிருந்து மைசூருக்கு எங்கள் குடும்ப நண்பரின் காரில் விரும்பினோம் காரில் தான், இவர் குழந்தைகள் தவிர ஒன்பது, அவர் மனைவி - அவரது குடும்ப எங்கள் குழந்தை விளைவாட்டும் வேடிக்கையாக நேர்த்தான் காரும் பறந்து கொண்டிருந்தது.

இம்மேலான கார தின்று விட்டது எத்தனை முறை முயன்ற போதும் கார் டிராட் ஆகவேயில்லை கைக்குதலையும். 10, 8 வயதுகளில் இரண்டு குழந்தைகளுடன் தாய்கள் தாலையுடன் வந்தேன்.

தேவியாலை திரைத்து திரை - பல மணி நேரம் இப்படியே கழித்தது.

இருட்டிப் போன வேளை கிங்கு ஊரை விட்டு பல வருஷம் தன்னி இப்படி கார தின்று போன திரைவில் கைவிடுகதும் சிறுந்துண்டுகதும் தீர்த்து போக எத்தனை போக்குவரத்துப் இல்லை அந்த இடத்தில் மட்டும் கொண்டி விட்டோமே! ஆண்டவனே தான் எதாவது வழி சொல் வேண்டும்.

என் மனமுக்கு வேண்ட ஆரம்பித்தோம் அந்த வரலில் வந்த கார ஒன்று எங்கள் அருகில் தின்று திரைமனைவியை தாய்கள்

விளக்க எங்களைக் காரில் ஏற்றிக் கொண்டு காரையும் போ செத்து கொண்டு போய் மைசூரில் ஒரு மெக்கானிக் கடைக்குடில் வீட்டுச் சென்றார் அந்தக் காரின் உரிமையாளர் காரை சரிசெய் செத்து கொண்டு எங்கள் வீட்டுக்குப் போன போது திராவணி அன்று மதியமாகி விட்டது.

### திரு. கபாலி (தனியார் திருவனத்தில் மங்கலம் மானேஜர்)

"விடியார நிமித்தம் 15 நாட்கள் வெளியூர் சென்றிருந்த தான் திராவணி அன்று எப்படியாவது சென்னைவிக் - வீட்டில் இருக்க வேண்டும் குடும்பத்துடன் பண்டிகையைக் கொண்டாட வேண்டுமென திட்டமிட்டு விமானத்தில் புறப்பட்டு வந்தேன் விமானம் சென்னைவியை நெருங்கிய போது, 'மோசமான வானிலை காரணமாக விமானம் கங்கத்தாவிற்கு திரும்பி விடப்படுவதாக' அறிவிப்பு வந்தது. வானமேமங்கதும் கரிய மேகங்கள் இருகதும் எப்போதும் கங்கத்தா வரை செல்ல போதுமா! என்ற கேள்விக்குறி வேறு! 'இதுதான் எங்கள் அனைவரின் கடைசி தினம்' என்ற பயமும்,



• திருவி என்



• திருவி என்

சத்தேகமும் எங்களை வாட்டியது எல்லோரும் பிரார்த்தனை செய்ய ஆரம்பித்தோம்.

கஸ்தத்தா போய்ச் சேர்த்தவுடன் எங்களை ஹோட்டலில் இரவு தங்க வைத்தனர். பயன்கள் அனைவரின் வீடுகளிலும் ஏகப்பட்ட டென்ஷன் என்பதால் ஒரே சமயத்தில் எல்லோரும் தொண்டிபுரி மூலம் நினைமையை விசாரிக்க முயல் - 'வைன்' கிடைக்காமல் அவதிப்பட வேண்டிய நிலை. ஹோட்டல் ரூமில் தங்கிய எங்களுக்குப் புதுமூரஸ் இல்லை என்றாலும் வீமான கம்பெனியினர் கொடுத்த ஸ்டீட் பாக்கஸ்டன் தீபாவளி முடிந்தது. அன்று மாலை வானிலை ஓரளவு சரியானவுடன் விமானத்தில் புறப்பட்டு அன்றிரவு சென்னை வந்தோம்.

### செல்வி. சபு சப் (பரதாட்டியக் கலைஞர்)

"சில வருடங்களுக்கு முன்பு சென்னை யில் பட்டமேற்படிப்பு படித்து வந்தேன் என பெற்றோர்கள் திண்டுக்கலில் இருந்தனர் என தம்பி கௌண்டிங்லாவும் சென்னையில் தான் படித்துக் கொண்டிருந்தான் தீபாவளியை எங்கள் பெற்றோருடன் சேர்த்து கொண்டாட எண்ணி நானும் என தம்பியும் இளம்பிளோம். டரெயினில் டிக்கெட்

கிடைக்காததால் இருவரும் பஸ்ஸில் புறப்பட்டோம்.

அப்போது பயங்கரமான புயல் மழை காரணமாக திண்டுக்கல் நீரில் மூழ்குவித்து என்ற அறிவிப்பை வானொலியிலும், தொலைக்காட்சியிலும் கேட்டபோது அம்மா அப்பா அவை பாரக்க முடியுமா? என்ற துடிப்பு விடிந்தால் தீபாவளி - விடியற் காலம் 3 மணிக்கு மணப்பாளை அருகே வந்ததும் சாலையில் ஒரே வெள்ளம் 'இனி பஸ் ஓடாது' என்று சொல்லி விட்டனர்.

அருகிலிருந்த என்.டி.டி. பூக்டிலிருந்து ஃபோன் மூலம் அப்பாவுடன் பேசிளோம். ஃபோன் கூட அவ்வளவாகச் சரியாக வில்லை. கிணற்றுக்குள் இருந்து பேசுவது போலக் கேட்டது அப்பா கார் எடுத்துக் கொண்டு - ரொம்பவும் கஷ்டப்பட்டு 'டினரல்' செய்து வந்தார். எங்களை ஏற்றிக் கொண்டு மெதுவாகவே வீட்டுக்கு ஓட்டிச் சென்றார். அமமாவைப் போல்ப் பார்த்த வுடன்தான் மனம் அமைதியானது. பத்திரமாக வீடு போய்ச் சேர்ந்ததே பெரிய கொண்டாடமாகத் தோன்றியது தீபாவளி என்றாலே தானும், என தம்பியும் இந்த அனுபவத்தை நினைத்துச் சிலிர்த்துப் போகிறோம்.

— கலதேவி தேசிகள்

## இம்மாத இல்லத்தரசி

சமையல் கூப்பன்

பொருள் : புத்தாண்டின் புதிய 'டிஷ்'

கடைசி தேதி : 15.11.2001

என்ற தலைப்பில் சமையல் குறிப்பை இதனுடன் அனுப்பியுள்ளேன். இச் சமையல் குறிப்பு இதுவரை எந்தப் பத்திரிகையிலும் வெளியானதல்ல என்று உறுதி கூறுகிறேன்.

கையொப்பம்





# VBJயின்



கண்கவர் தங்க நலககளை  
இன்றே தோந்தெடுங்கள்!



**Vannadi  
Bangaru  
Jewellers**

"Pani Sathai Hall", 603 Anna Salai, Chennai 600 002.  
Tel: 8292003, 8292004, 8291573, 8291574.

**VBJ - Gems and Jewellers**

## தீபாவளி நல்வாழ்த்துக்கள்

தரம்! ரகம்! பிரம்மாண்டம்  
ரெடிமேட் ஆடைகளின்  
சங்கமம்

வாஞ்சிபுரம் முகூர்த்தம் வாழும்  
புடவைகளுக்கு தனி பிரிவு



ஜெயச்சந்திரன் டெக்ஸ்டைல்ஸ்



27, ரெங்கநாதர் தெரு  
(மாம்பலம் ரெயில் நிலையம் அருகில்)  
தி.நகர், சென்னை - 600 017.  
போன்: 4339971 / 4334660

● மனாமகள் தேவா

■ Wanted bride for a divorcee graduate teacher age 28. No bars with caste, religion & respect. Divorced.

■ **hyer, Vadama, Srivathsa Gochram, Hastham, 39 years, 155 c/m, B.Com., working in Auditors Company at Chennai Ra. 4000 + ports seeks suitable bride. subject no bar. No demands. Single marriage. Phone**





Copyright © 1995 by the author. All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted, in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording, or by any information storage and retrieval system, without permission in writing from the author.

1000 J. Edgar Hoover Blvd., Suite 100, Silver Spring, MD 20910-4211, USA. Tel: (301) 595-1234. Fax: (301) 595-1235. E-mail: info@indianajournal.com





<sup>64</sup> (1994) *ELABORATE?*

கொண்டிருக்கிறேன், நான் என்னைப்போல பிழை-கொண்டிருக்கிறேன் நான் நம்புகிறேன்."

[illegible]

இந்தியாவின் மிகப் பெரிய பருத்தி உற்பத்தியாளர் மற்றும் இயற்கை நெயர் உற்பத்தியாளர். இந்தியாவின் மிகப் பெரிய பருத்தி உற்பத்தியாளர் மற்றும் இயற்கை நெயர் உற்பத்தியாளர். இந்தியாவின் மிகப் பெரிய பருத்தி உற்பத்தியாளர் மற்றும் இயற்கை நெயர் உற்பத்தியாளர்.

**Sunsilk**

**PRO-COLOUR**

**Sunsilk** شستا

**PRO·COLOUR**

**திருமணமலர் - புதிய விளம்பரக் கட்டணம்!**

திருமண மலர் விளம்பரக் கட்டணம் முதல் 30 வர்த்தகளுக்கு ரூ. 400/- அதிகப்படியான வர்த்தக ஒப்பிவாங்குக்கும் ரூ. 15/-

இந்த இதழில் பிரசுரமாகும் பெட்டி எண் விளம்பரதரருக்கு பதில்கள் அனுப்ப கடைசி தேதி 10/12/2001. பதில்கள் அனுப்ப வேண்டிய முகவரி: பெட்டி எண்: ..... C/o. மங்கலகம் கலர், 47, ஜவஹர்லால் நேரு சாலை, எம்.கா.புரம், சென்னை - 600 097.

● இது, உபகாசம், வெண் கோத்திரம், வலது புத்திரம்.  
27/167/0000 எம்.எஸ்.சி. இராசாணி, வெய்யம்பன்  
செருகாசம்.உடைய பழையாடில் கோத்திர வீடுகள்  
புறக்காத்துக்கு, மணியன் தெருவு, பி.கோன்: 0452  
77/075, 044-2678388 இது எண்: 10076

■ Iyer,Vadernal,Koundinya,Uthiramer second pattern,  
37/180, G.E. Software Engineer working at Chennai.  
Seeks good looking bride below 25 and height +163  
cm employed in Software BE/MCA/MBA Tel : 474  
0135 Eay Mo. 13077

■ **Ashramacharya, Kundalinyarn, Purnima Bay 27:**  
1714009 Govt. Music School, Head Master seeking  
employed graduate Teacher bride qualified in Music.  
Phone: 044-4501635 send horoscope family details  
to Box No. 18078

■ Iyer, Vadamal, Bharnadaj, (B.Sc.) 245.87/13,800  
Own House, Clerk, Bank, Tamilnad, Legal Divison  
(Short-listed), no maintenance to Ex-wife/child.  
Gothram/Subcast no bar. Social horoscope and family  
particulars. Box No. 18079

■ **தூய், அழகுசெய்திகள்:** **கொஞ்சம் கொஞ்சமே 25ஆம்**  
**திடீராக 10,000/55\*** **நிறுவனங்கள், மாண்புமிகு**  
**அமைச்சர் கொஞ்சம் கொஞ்சம் மாண்புமிகு**  
**பி.பி.பி. : 495 4871** **பி.பி.பி. : 10000**

[illegible]

■ இலங்கை, பிரான்ஸ் 31889, கிழக்குத் துறைமுகம், சென்னை, தமிழ்நாடு, இந்தியா, 15.000/- 6.1/-, அழகுடன் கூடிய பூக்கள், உயரமான, அழகான, குண்டுக்காய்களால் அலங்கரிக்கப்பட்டவை. 495 4871 செ. எண் : 18042

• **Vizarnitharam, Vadama, Thiruvannam, 26/17/1984.**  
15000 Reputed Company Chennai seeks graduates  
good-looking domestically trained non career  
Oriented Carnatic Music traditional bride. Apply with  
horoscope to Box No. 18683

■ Tamil Iyer Sundarajus Moodugayam, Arivattam, Karaikal Kasat 27/172 (B.Sc.) Indian Bank employed seeks fair, Home-loving domestically well trained bride from respectable family. Submit no bar. Send horoscope to Box No. 18884

■ துறை, உட்காரை, ஆதரவை 38 நாட்களுக்கும், 5000  
• துறை (தாண்டி) ஸ்டாஃபுக்கு உத்தரவு  
பிரதான குடுவத்திக்கு சமையின் உண்மை  
செய்து 25 நாட்களுக்கு உட்கார்ந்தால் உட்கார்ந்தால்

www.fishbase.org  
 595 3823/5158 170.  
 18085

● Alliance from parents of tall graduates girls for Ambazhakulam, Kottayam, Kerala! brother's lak, 36/100 U.S. NAA property Private 5000+ brought up by mother Graham's Father Mueller (Late) Dem. No. 10004

• Iyer, Anbazhagan, Kandelgum, Pagan, Maru in 12th place, 79 pears, 174 cms, B.E. employed as Asst. Factory Manager at MNC, Pondicherry Rs. 21,980-p.m. seeks good looking employed/unemployed graduate girl from respectable family. Subject acceptable. Contact : 044-239 3314 Bsn. No. 10007

■ **Talaga Brahwin** Immigrant Legal Services; without acknowledgment 387.5" Sylvania, Michigan/aka MHC Post graduate boy seeks suitable Brahwin girl Box No. 1000

[illegible][illegible][illegible]

■ Iyengar, Vaduvai, Kumbakonam, Sodepuram, 1961/145cm, Ph.D., (Ag.) Ph.D., Asst. Professor, 12,000/- Sub. suitable breeds. Reply with heresays to Box No. 14692

[illegible]

■ இலா. வட்டிகள், வேலாண்டியம், பூமி 34/57/8000  
தமிழர் வேலா, மத்த வேலாண்டியர் இலாண்டி  
வேலாண்டியர் வேலா வேலா, வட்டியுடன் வேலா  
லா. 18094 வேலா : 044-2443770 044-2470500  
வேலா 9610 117526.

■ 24 Manal Tegum Chettiyar, Bharani, 18, S.B.,  
O.E.C.E., Service Engineer, Chennai. Nayadomo







[illegible]

■ **ԷԼԵՄ. ՄԻՔՐ. ԱՆՈՒՄԱՆ ՊՐԻՆԿԻՆ Զ. ԱՅՐԻՆ 33/176, Մ.Ը.Մ., ՈՍՄ ԲԱՐՈՒՐ, \$700, ՆԻՋԵՐԻԱՅԵՐ ՈՒՆԻ ՊՐԱՄԱ ԳՐԱԿԱՆ ՎԵՐՈՒՄԱՆ, ՔԱՐՁ. Ե. ՊՐԻՆԿԻՆԻՆՆԵՐԻՆՆԵՐԻՆ ԶԻՒ. ԱՆԻՐԻՆՆԵՐԻՆ Զ. ՊՐԻՆԿԻՆԻՆ Ե. ՔԱՐՁ. 639 001 ՈՒՆԻ: 0437474065**

■ **Iyer, Benacharanam, Kuvolu, Ayyiyar, Diploma Engineer, I.I/6008, Nagpur employed, seeks graduate bride. Educant acceptable Reply Horoscope.V.V/Vishu, A-1, Newby Apartments, 66-A, Hill Road, Coimbatore, Mysore - 406 010**

■ Vedula, Rhoethwajan, 28, Uthiradam(2),  
M.C.S., [I] employed U.S.A. seeks bride, Same  
Community + Qualification, for completion Contact:  
Lalitha Maryanjan, 44, Padmachaya Coop Housing  
Society, Nagavandru Nagar, Kharad, Pune - 411 014.  
Phone (828) 74 106 47

■ **Mr. Vedana, Nautila, Poom, 27, 2 Ave, B. High, Chemical Engineer in Hampet, Books graduate employed girl. Contact Phone 431520, S. G. Subramanian, 8/17, Lakshmi Street, Villavakkam, Chennai 400 049**

Mr. Vaidyanath Athiyasa, Engineer, B.Tech. Graduate, well employed Chennai such good-looking, able graduate, employee/employed (g) R. Sogalathirayan, 17, A/2, Jambhavan St., Balaji Complex, West Marambalam, Chennai. 600 033

● **Byer, Vardisral, Karmachari, Madhav, 23/175/28,000**  
undergraduates, Over Samraon, under college from  
working/non-working suitable girl Contact V.S.  
Srivastava, A 26-13 99, L.G. Plot, Hari Nagar, New Delhi -  
110 044.

[illegible]

■ **Wanted:** Graduate, Pharmacist, Pharmacist, (Pharm in 2nd place) **For:** 20168. D.C.E. No. 12,500 p.m. Private Organization Chemical. Needs good looking qualified girl below 25 years. Submit resume to: M. G. Krishnaswamy, 14/63, Parangunagar, Street, Kodambakkam, Chennai - 406 034. Tel: 844-373 5903

[illegible]

■ Vadamal, Srinivasa, Uthiramer-1, 16/177cm, M.A., (Eng. Lit.) Re. 17000/- Key Accounts Manager, God Corporation, Marudai S. Sathiyarayan, Old No. 7, New 29, Rada College, Chennur, Collector Office.

Head Office - 420 Hill, Pune - 411 005

Dr Kannada Hobbies Brahmin Gotthara, Vaidya,  
Kirthika 38/178cm, (MBA) 9801- (Marketing)  
Working in a MNC Says seeks suitable employed girl  
Subsect acceptable P.S. Narayana Rao, 174 Santol  
Colony, Chennarayana, Chennai - 600 044. Ph: 138 5756

■ Iyer, Vaidarna, Ashwini, Srinivasan, DMS, Auto Cad, PDS Piping & Design Engg. Project Engg. & Technical Consultant, B'lore 301.777/15.000 Looking for suitable girl. Contact : V. Senthakaraman, 'Srinivasan Pillays', 114, 3rd Main SC Cross, 1 Phase, Old Madras, B'lore - 544 001. Phone : 4732294 (000)

■ Iyer, Ashwathnarayan, Marikita, Rowini, 21/105cm/  
10,000. S S Software Engineer, Doing Foreign  
Projects at Software Chicago, Seeks 1st grad-  
uating B.E/MCA/MBA. Employed/Ability to marry.  
Married Iyer girl below 24 Subsect no bar. M.  
Rajagopalakrishnan, D/7, RV1 Apartments, Thiruvananthapuram  
Tricher - 610 005. Phone: (0431-31) 501

[illegible][illegible]

■ **Just as with** *Chenopodium*, *Synanthus*, 28, 172  
*Quil. chenopod. (Linn.) Mill.* L.D. *portland* 28, 172  
 - 1898 *chenopod. (Linn.) Mill.* L.D. *portland* 28, 172  
 28, 172 *chenopod. (Linn.) Mill.* L.D. *portland* 28, 172  
 28, 172 *chenopod. (Linn.) Mill.* L.D. *portland* 28, 172

[illegible][illegible]

■ **Vadhima Kanyaga, Chitharal 39/129, B.Sc., MHT**  
Clark City Union Bank, Eastern Station in Feb 1999  
Requires qualification/employed gbt. B. Britharan, New  
No. 4, Fifth Cross, Canara Bank Colony, Srirangam  
Name: Trichy 828 817

● **Gopichandran**, ஸ்ரீமதி, வயது 35, அமைச்சு  
புதிய கால்காட்டி, சென்னை-600018 (தொடர் பத்திரிகை அமைச்சு)  
நிலையம், எழுந்தருள் 3000/- வருவாய் +7, ம.உ.புலி  
சென்னை-600018 (கேள்வி) இதை இப்போது செய்து  
மாற்றும் தொகுப்பு K. Raghavaram, 12, Thevarudai Nigam, 1st  
Floor, Thiruvannamalai, Chennai - 601 204. Phone : 534  
9994.

■ **Thankful, Koundinya, Mirugairicham, 33 years, 5'3", Own Business, Rs. 18,000 p.m., Own Plot, Sathy Sride. Held on her Contact : 920 A S X Sathy, 10.**











திறங்களின் சங்கீதம் தீபாவளி...  
ஜான்சன்ஸ் பிளவுஸ்களுடன்!

ஜான்சன்ஸ் பிளவுஸ் துணி ஏகங்கள். கண்களையும்  
வசை நிறங்களில் இந்த தீபாவளிகளாகியே புத்தம்  
புதிய தயாரிப்புகள். நினைத்திருக்கும் தாய்  
நிடித்துழைக்கும் தாயை உங்கள் தீபாவளிக்  
கொண்டாட்டங்களுக்கு வண்ணம் சேர்க்கின்றன  
ஜான்சன்ஸ் பிளவுஸ் துணி ஏகங்கள்.



அறிமுகம்

**DANDY**

"READY TO STITCH"  
Trousers & Shirtings  
(100% Cotton)

**Johnsons**

Leaders in Fashion Fabrics

உயர்ந்த தரத்திலும், நம்பத்தகுந்தும், உயர்ந்த விலையிலும்  
 உயர்ந்த தரத்திலும், நம்பத்தகுந்தும், உயர்ந்த விலையிலும்

உயர்ந்த தரத்திலும், நம்பத்தகுந்தும், உயர்ந்த விலையிலும்



உயர்ந்த தரத்திலும், நம்பத்தகுந்தும், உயர்ந்த விலையிலும்

**FREE**



ஒரே இடம்  
அதுவே  
நிறைவு தரும்



ஏழு  
தளங்களில்  
எத்தனை  
ரகங்கள் !

என்றும்  
தினைவிருக்கட்டும்

**100 நல்லி**

100 உஸ்மான் சாலை

**Nalli**  
சில்க் சாரிஸ்

பட்டுப்புடவைகள், பட்டு வேட்டிகள்,  
திருமண புடவைகள்,  
கிசான் புடவைகள்,  
பெண்களுக்கான துணிவகைகள்  
கடிதர்கள், காக்காஸ் (Ghagras),  
குழந்தைகளுக்கான ஆடைகள்,  
ஆடவரின் ரெடிமேட் ஆடைகள்  
சூட்டிங் & ஷர்ட்டிங்ஸ் மற்றும் பல ...

100, உஸ்மான் சாலை,  
(தூய்மை ரோடு துருவூர்)  
தி. தகல், சென்னை-17,  
தொ. பெ.: 4314900-05  
ஃபேக்ஸ்: 4314919

காசியாங்குலுள் பழக்த்துணியிலும் வாடிப்புகளில் !

வாங்கி  
 விட்டீர்களா?

சுரவணா ஸ்போர்ஸ்  
 வார இதழ்

மாத இதழ்கள்



**சுரவணா ஸ்போர்ஸ்**

சுரவணா ஸ்போர்ஸ் வார இதழ்

ரெங்கநாதன் தெரு. தி.நகர், சென்னை-17.



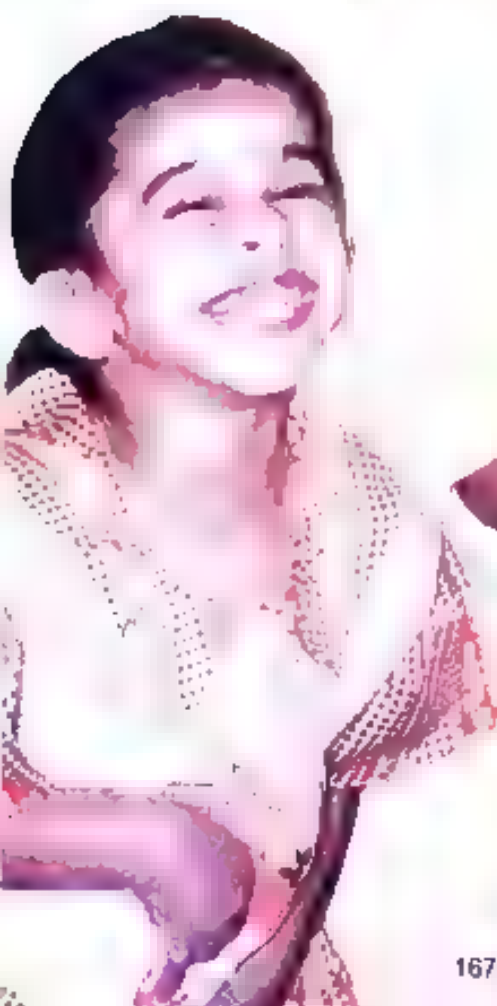
# மாங்கையர் மலர்

தீபாவளி இரட்டைச்  
சிறப்பிதழ் - II

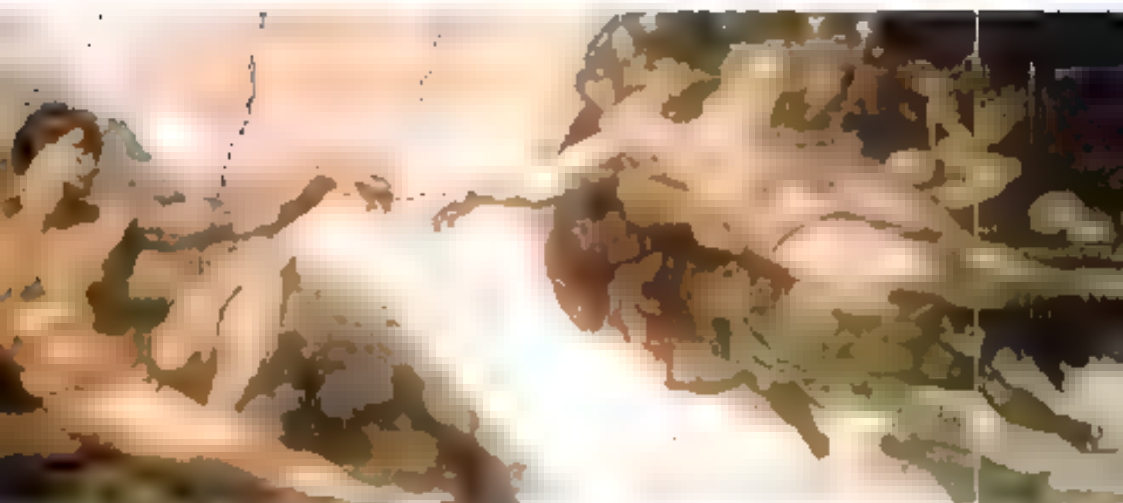
நவம்பர் 2001

இதழுடன்

இணைப்பு



## Joints are a thing of the past



**Discover the majestic appeal  
OF JOINT-FREE PORCELAIN TILES**

Porselano

Присоединяйтесь к нам в социальных сетях:

**India's only Joint-Free & White Body Porcelain Tiles**  
from H. & R. Johnson (India) Ltd.



Available in 2' x 2' & 1 1/4' x 1 1/4' sizes

Available at all leading showrooms

**Regional Office:** 441 Maple Street, Suite 200, New Haven, CT 06510  
**Branch Office:** 141 Main Street, Suite 200, New Haven, CT 06510  
 BOARD: The AMT is a non-profit corporation. **House of Johnson:** 141 Main Street, Suite 200, New Haven, CT 06510. **House of Johnson:** 141 Main Street, Suite 200, New Haven, CT 06510.  
 Address: 141 Main Street, Suite 200, New Haven, CT 06510. **House of Johnson:** 141 Main Street, Suite 200, New Haven, CT 06510. **House of Johnson:** 141 Main Street, Suite 200, New Haven, CT 06510.

For further information, mail this coupon to your nearest Regional Office.

Name \_\_\_\_\_

Artikulas: \_\_\_\_\_

| Occupation | Police, FBI | FBI |
|------------|-------------|-----|
|------------|-------------|-----|



**ந ம து**

**நாட்டில் பண்**

**டிக்கள், விருதி**

**நர் வருகை போன்ற**

**சமயங்களில் இனிப்பும்,**

**பட்சணங்களும் முக்கிய**

**இடம் வகிக்கிறது. கடவுளுக்க**

**ருப் படைப்பதற்கு மட்டு**

**மீறாதி விட்டிருந்து வரும் தன்**

**பாக்களுக்கும், மற்ற சுற்றத்**

**திலுக்கும் விட்டிடுவதே**

**பட்சணங்கள் செய்து மற்ற**

**வாங்குக்குப் பிடுத்து உண்**

**னும் தயல் பழக்கமும்**

**உள்ளது. பல பாரம்பரிய**

**இனிப்புகளை இப்பொழுது**

**உளவ இளைய சமுதாயத்**

**திலுக்குச் செய்த தெரிவ**

**திலை பெரியவர்களிடமிருந்து**

**நேரடியாக கற்றுக்**

**கொள்ள நேரமும் இல்லை.**

**அலுவல், பாயசம்**

**போன்ற இனிப்புகள்**

**செய்ய பெரிய துணுக்கங்**

**கள் ஏதும் இல்லாததால்**

**எல்லோரும் கவப்பதாக**

**செய்து விடலாம். ஆனால்**

**சர்க்கார் அவசிய வெல்லம்**

**உபயோகப்படுத்தி பாரு**

**தயாரித்துச் செய்யும்**

**இனிப்புகளான**

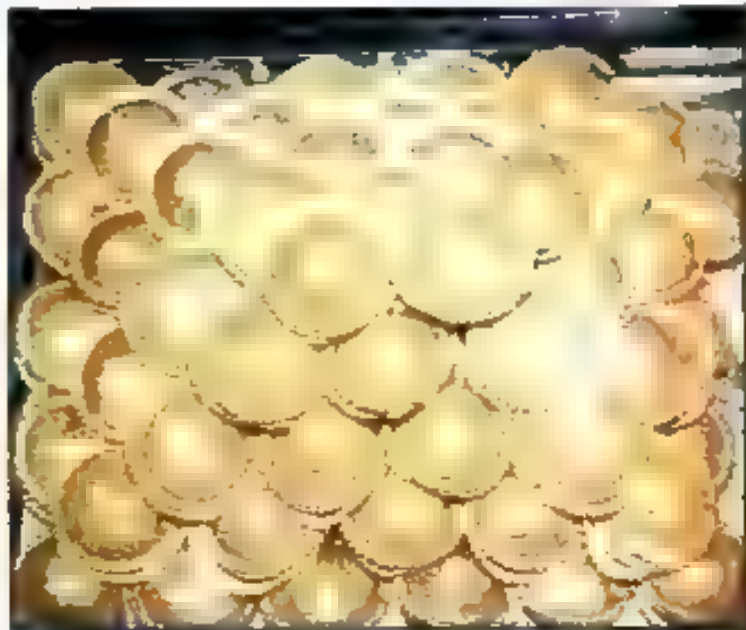
**அ தி ர ச ம் .**

**பா து ஷா .**

சூரியி, பாம்பி, கைசூர்பாக் போன்றவை  
கூடுதல் சுவை பதம் பக்குவம் மிக மிக முக்கியம்  
பலமுறை செய்து பாத்து எத்த இடத்தில் தயார்  
தோத்துவ என்ன ஆகும் என்று கற்று அதே தவறை தீர்க்க  
செய்யமுடிந்தது என்ன செய்ய வேண்டுமென்பதை உபதர்  
டன் இதை பிடுத்து கொள்ள விருப்புகளின் தீர்க்க சமையல்  
தெரியாதவராக இருந்தால், முதல் முறைவாக இனிப்புகள்  
செய்வதானால் கீழ்க்கண்ட இனிப்புகள் உலகத்துக்குப் பலனுள்ள  
தாக இருக்கலாம்.

1) எப்பொழுது எந்த இனிப்பு, பட்சணம் செய்தாலும் தயல்  
முதுடன் அது தன்றாக வரும் என்ற நிலைப்பாடுப் பயினை,  
பதட்டியோ இன்னமும் அதே நேரம் அந்தச் சாப்பிடுபவர்கள்  
தன்றாக இருக்க வேண்டுமென்ற வாழ்த்துடன் உலகத்துக்குப்  
படைக்க வேண்டுமென தூய்மையான உணவத்துடன் சமைக்க  
ஆரம்பிப்புகள்.

• உலகம் எல்லாம்



**சீமா ராஜாஜி**



**கொண்டாடுவோம்!**

எஸ். மல்லிகா  
பத்ரிநாத்

இருப்பது அவசியம் பெரும் காரணத்தினால் ஆகும். ஒருவர் கட்டிய பெயரையும் காவியமுறைகளால் அறிவிக்கப்படுவதால் இவ்வாறாகிய பெயர் பெற்றவர்கள் பெரும் தொகைகள் கைப்பற்றியிருக்கின்றனர். இவ்வாறாகிய பெயர் பெற்றவர்கள் பெரும் தொகைகள் கைப்பற்றியிருக்கின்றனர். இவ்வாறாகிய பெயர் பெற்றவர்கள் பெரும் தொகைகள் கைப்பற்றியிருக்கின்றனர்.

[illegible]

அதிர்ஷ்டப் பெயர் நிறுவனத்தின்படி அமைத்து விவரங்கள்  
நிபந்தனைப் பெற வேண்டிய அமைத்து பெறும் கட்டுமானப்  
பெற்ற இயற்புது கட்டிடம்

தகவலுக்குத் தாமதமே போக மாந்தித் துழந்தி வந்தான்  
பெருந்தகவல் அடைந்தவனாக ஏ||எம்||

பெயர் வசியம் தொழில் வசியம் (தொழில் வசியம்). வசிய வசியம் என்றும் வசியவசியம் இருக்கும்படி பெயர் குட்டியாக வசிய வசியம் குட்டியாக. பெயர்

சனா சனீத் சாஸ்திரியர் என்பது ஒரு சித்திராநகர் ஆனால்  
உடம்பு சாத்த சத்திரிக்கு ஏற்பு அகவியுழைந்த அனாந்தராக அபரிமித  
மரம் அழிந்துவிடுவதாக அறிவித்த கரும்

இதன்கீழ்க் 1974-ம் ஆண்டு உட்கட்டியிருக்கும் அந்தியில் தகவல்கள்  
கீழ்க்கண்டவாறு உள்ளன: (1) மீட்டர் (2) மீட்டர் (3) மீட்டர் (4) மீட்டர்

14-ம் விகிதாசனம் பெற்ற நெடுஞ்  
செனாபதி உத்தரவுகளின் கீழ்  
நடுநிலைப்பள்ளி கட்டுவதில்  
உத்தரவுகள் பின்பற்றப்படும்  
பாடசாலை ஆய்வு 3 கிராம நிர்வாக  
ஆய்வு 3 முக்கிய 4 உட்குறை  
5 கிராம நிர்வாக ஆய்வு செயல்படுத்தும் பொது  
அமைச்சர் மேலும்

[illegible]

அதிரஷ்டப் பெயர் சந்தர்ப்பம் கவிதையுள் பெரிய  
சாநமையானதாம் ஆதரிக்கப்படும்

**பெரு வியாடும்**

தே.ஆர். பி.பாண்டி ராஜ்  
1-சென்னை-தென்மேல் பகுதி

பெருந்தோரம் புகா நிலம் விவசாயத்தின்  
நிறுவனம் கட்டி பெருந்தோர் பெருந்தோர்

இவர் என்வகையில் எவ்வளவு பதவி பெற்று  
அவர் எழுதியிருந்தார் இவர்தான் எழுதியிருப்ப  
பேரார். அதற்குக் காரணமென்ன. ஏதாவது  
பெரிய, பெரிய அமைப்புகள் சிதப்பட்டுப் போனதால்  
பெரிய அமைப்புகள்.

தேவன் இவ் கொடி கழல் எழுந்தது  
கனகசபைக்குள் அநீதமுதன அநீதமுதன

[illegible]

இவ் முடிவு அரசின் தலையங்கம் தி.நா.ப.உ.வழிபாடுகள் தொடர்பான கேள்விகள் மொத்தம் 11,000-க்குக் கட்டுத்து ஆலோசனைகள் கூறி உதவியுள் செய்தது. ஆனால் அந்தக் கூடு பேசும் வகை ஏதாவது ஒரு பெண் அமைப்பினர் பதில் புகழ் உடனடியும் வெளியாகும் வகையில் தீர்மானம் பிழி பெரிசு போட்டிருந்தால் ஆலோசனை

இவர் எழுதிய நூல்களில் No.1 நிகழ்ச்சியில் இவர்  
**"அதிர்ஷ்ட பெயர் என் சாஸ்திரம்"**  
 என்னும் புத்தகத்தை வாங்கிப் படிப்பதில் என்னை அந் புத்தக  
 கள், உலகம் மிகவும் (தூய்மை லுள்ள) பெரு ரூ 300/-  
 M.C. செல்வமங்கலம் மேலாதிசய, துறை ரூ.1000/- அமைந்திருக்கிறது

அதிர்வு நடந்த இடம் ஜோதிட நிகழ்ச்சி  
கே.ஆர். பிரபாகர் ராஜ் எம்.எ.,

தமிழர்நோட்டம், எழுத்துக்கள் (அஞ்சல்).  
புத்தகப்பதிவியைப்பற்றி (வழி) - 636 459.

சென்னை மாநகராட்சி. போன்: (04254) 87264.

வார விடுமுறை: புதன், அபிஷேகம்

உயர்வை வெற்றிக்கு வழிவகுக்கும்  
ஜோதிட மாமேதை கே.ஆர். பிழாசாமிராஜ்  
பிழாமாலஜி-தேவாமாலஜி-காசன்-தொழில் வாய்ப்பு





2. நேரவயமான பொருட்களைச் சரிவர அளவுகூடாது அளந்து எடுத்து வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

3. சமைப்பதற்கு சரிவர அளவு, சரிவர கனமுள்ள, உகந்த பாத்திரத்தைத் தேர்ந்தெடுக்கவும்.

4. பர்ஸிப் போன்றவைகளை கண்ணாடிகளால் அறத்துக்குத் தடுத்து அளவு பர்ஸிப் டிரேவை தெய் தடவி வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

5. வீட்டில் யாராவது இருந்தால், டெஸ்டோன் மற்றும் வெளியில் வரும் காலில் பெல் போன்றவற்றை அவர்களையப் பார்த்துக் கொள்ளச் சொல்லி விட்டு இனிப்பைச் செய்ய ஆரம்பிக்கவும்.

6. எத்தவீதமான தொத்தரவுக்கும் இல்லாதபடி, வராதபடி, பார்த்துக் கொண்ட பிறகே இனிப்பைச் செய்யவும்.

7. ஒரு இனிப்பை வெற்றிலைமாகச் செய்ய தெய், சர்க்கரை போன்றவை அதிகம் சேர்ப்பதால் மட்டும் அமைத்து விடாது, அதை எப்படி, எப்போது, எவ்வளவு சேர்க்க வேண்டுமென்பதை தெரிந்து செய்வது முக்கியம்.

8. முக்கிய துணுக்கங்களை முன்பே தெரிந்து கொள்ளவும்.

9. முதல் முறையாக செய்வதானால் சிறிய அளவு செய்து பார்த்து நன்றாக வததால் மட்டுமே அதிக அளவு செய்யவும். அப்போது தான் துணுக்கங்களை அறிவவும், எங்காவது தவறு செய்து விட்டால் சரிசெய்து கொள்ளவும் முடியும். ஏனெனில் தெய், சர்க்கரை முதல் இப்போது உள்ள காலத்தில் விலைவாசியில்

யாரும், எவரும் வேஸ்ட் செய்ய விழுந்து மாட்டார்கள்.

10. அப்படி ஏதாவது பதம் தவறி, தவறு செய்து விட்டால் அதை மாற்றி வேறு ஸ்வீட்டாக மாற்றுவதையும் தெரிந்து கொள்வது முக்கியம். (வீட்டில் யாரிடமும் சொல்லி விடாதிர்கள். புது மாநிலி ஸ்வீட் என்று புதுப் பெயர் சூட்டிக் கொடுத்து விடுங்கள்)

இந்த இதழில் உங்களுக்குள் நமது பாரம் பரிசு இனிப்புகளில் இருந்து ஒருசில செய்முறைக் குறிப்புகளும், பட்சணங்களும் தயாரிக்கும் முறையைப் பகிர்ந்து கொள்கிறோம்.

## பட்டர் பாதுஷா

நேரவயமான பொருட்கள் :

மைதா - 3 கப்,

சமைவல் சோடா - 2 சிட்டிகை,

கேசரி கலர் - சிறிதளவு,

சூசுமப்பூ - சிறிதளவு,

ஏலக்காய் பொடி - சிறிதளவு,

உப்பு - 1 சிட்டிகை,

புதிய வெண்ணெய் - ½ கப்,

எண்ணெய், தெய் கூற்று -

பொரிப்பதற்குத் தேவையான அளவு.

சர்க்கரைப் பாது செயல் :

சர்க்கரை - 1½ கப்,

தண்ணீர் - ½ கப்

செய்முறை :

1. சலித்த மைதாவுடன் கேசரி கலர், ஏலக்காய் பொடி, உப்பு, சூசுமப்பூ சேர்த்து கலத்து கொள்ளவும்.

2. வெண்ணெயுடன் சமைவல் சோடா சேர்த்து ஒரு தட்டில் நன்றாக நுரைக்கத் தேடிக்கவும்.

3. பிறகு அதோடு மைதா சேர்த்து விரல் நுனிகளால் பிசி விடவும்.

4. மைதாவுடன் வெண்ணெய் நன்றாகப் பரவிப் பிள சிறிதளவே தண்ணீர் தெளித்து பதமாக மாவு பிசையவும் (உருண்டைகளாக உருட்டும் போது மாவு உடைபடக்கூடாது. அதே நேரம் அதிகம் அழுத்தியும் பிசையக் கூடாது).

5. நடுத்தர அளவு உருண்டைகளாக உருட்டி தட்டையாகத் தடுலில் வேசாக பளகம் போல் செய்யவும்.

6. தெய், எண்ணெய் இரண்டையும் ஒரு அகல ஊண்லியில் விட்டு சூடாக்கவும்.

7. மிதமான சூட்டில் உள்ள தெய்யில் கொள்ளும் வரை பாதுஷாக்களைப் போடவும்.

8. சிறப்பாகவும் சுவத்தலும் திருப்பிப் போட்டு மெரமொரப்பாகவும், பொன்னிறமாகவும்



குலோப்ஜாழன் மிக்கை தண்ணீர் விட்டு நேரத்துக் கொண்டு, தேய்காய்ப் பாய், சாதாரண பாய் கொண்டு கெழிக்க விடவும். கவைக்கேற்ப வெய்மைப் பொடி செய்து போட்டு, ஏலக்காய், முத்திரி தெய்வில வறுத்துப் போட கவைவரான (குலோப் ஜாழன் மிக்கல்) பாய்ஸ் சேடி. சப்பிரிச் கவைவராக இருக்கும்.

- சி. மாஸி

தெய் பொரி வீட்டில் அதிகமிருந்தால் பச்சி செய்து அசத்தலாம். பொரியை வறுத்து விட்டு, கொப்பளையைத் தனியாக வறுக்கவும். வானலியில் தெய் விட்டுக் கரையும் முள் வெல்லத் தூள் போட்டு, கரைத்து நுரை நுரையாக வரும் போது பொரி, கொப்பரை, சீவுல், கல்கண்டு, சர்க்கரை எல்லாவற்றையும் போட்டுக் கிளறி, தெய் தடவிய தட்டில் கொட்டிச் சமைப்படுத்தி, வட்டமான வில்லைகளாக போட்டால் பொரி பச்சி ரெடி!

- சி. விஜி



வரும் வரை பொரித்தெடுக்கவும்.

9. இது பொரிவதற்குள் சர்க்கரைவுடன், தண்ணீர் சேர்த்து அடுத்த ஸ்டவலில் வைத்து ஒரு கம்பி பதம் வரும் பதத்தில் பாரு தயாரிக்கவும்.

10. பாதுஷா பொரித்தவுடன் குடாள் சர்க்கரைப் பரவல் சேர்த்தெடுத்து ஒரு அகலத் தட்டில் வைக்கவும். பாரு உலர்வதற்கு முன்னர் அதன் மேல் நறுக்கிய பருப்பு வகைகள் அல்லது தேய்லாய்ப் பூவை மேலே தூவி அலங்கரிக்கவும்.

உங்களில் பலர் பய இடங்களில் பார்க்கும் போதும், சடிதம் மூலமாகவும் அதிர்சம் சரியாக வருவதில்லை. சொல்லித் தரவும் என்று கேட்டீர்கள். அந்த வேண்டு கொருக்கு இணங்க 'சர்க்கரை அதிர்சம்' செய்முறைக் குறிப்பைத் தருகிறேன்.

## சர்க்கரை அதிர்சம்

சர்க்கரை அதிர்சமானாலும், வெல்ல அதிர்சமானாலும் முதலில் பதப்படுத்தப்பட்ட அரிசி மாவு முதலியும் பச்சரிசியை தண்ணீரில் அரை மணி நேரம் வைத்துவிட்டு வடித்து விட்டு அரிசியில் இளையும் ஈரம் உள்ளபோதே மிஷினில் மாவு திரிக்கவும். (கைகளால் இடித்துத் தயாரிக்கும் மாவு மிக நன்றாக இருக்கும். ஆனால் இப்போது உளை குழந்தைகளில் இடிப் பதற்கு ஆள் இல்லாததால் மிஷினில் கொடுத்தே திரிக்கலாம். அரிசியை துளியில் பரப்பி பாதி காய்ந்ததும் திரிக்க அணுப்பவும் முழுமையும் உலர உய் விட வேண்டாம்.)

இந்த ஈர அரிசி மாவை சலித்துக் கொண்டு அன்றே பாரு வைத்து விட வேண்டும். காய வைத்த பிறகு பாரு வைக்கக் கூடாது. அப்படிச் செய்தால் சரி வராது. அரிசிக்கு கணக்கு வைப்பதானால் 1 கிலோ அரிசிக்கு 1% கிலோ 'பாரு வெல்லம்' தேவை. அதே போல சர்க்கரை

அதிரசத்திற்கும் 1 கிலோ அரிசிக்கு 1% கிலோ சர்க்கரை தேவை. மாவிற்கு கணக்கு வைக்கும் போது ஒருசிலருக்குப் புரிவதில்லை. கை வைத்து மாவு திரிப்பதால் ஈரத்தன்மை இருப்பதால் அடி மரவு காணும். அந்த ஈர அரிசி மாவை கணக்கு எடுத்து ஆழாக்கில் வரும் போது ஆழாக்கு கணக்கில் அளவு செல்லும் போது வித்தியாசம் வருவது போலத் தெற்ற மனிக்கும். அதனால் உங்களுக்கு இந்தக் கணக்கைக் கூறினேன்.

## சர்க்கரை அதிர்சம்

தேவையான பொருட்கள் :

பதப்படுத்தப்பட்ட ஈர அரிசி

மாவு - 3 கப்.

சர்க்கரை - 1 கப் (கொழுமாச அளவு)

கசகா - 1 பெசின் ஸ்பூன்

ஏலக்காய்ப் பொடி - 1/8 டீஸ்பூன்,

தெய் (அ) எண்ணெய் -

பொரிக்கத் தேவையான அளவு

செய்முறை :

1. ஒரு அடி கனமான ஈயம் பூசப்பட்ட பித்தளை அல்லது வெங்கல உருளியில் சர்க்கரைவை எடுத்துக் கொண்டு சர்க்கரை சூழும் அளவிற்குத் தண்ணீர் விடவும்.

2. சர்க்கரை களையும் வரை நன்றாகச் சலித்து விடவும்.

3. சர்க்கரையில் அழுக்கு இருந்தால் ஒரு ஸ்பூன் பால் விட்டால் அழுக்கு பிரிந்து (மேலே வரும். எடுத்து விடவும்.

4. சர்க்கரை முழுவதும் கரைத்து கொதி வந்த பிறகு அடிக்கடி கலக்காமல் பாளை கொதிக்க விடவும்.

5. ஒரு கொட்டை சிறிது தண்ணீரில் மிட்டுக் கலக்காமல் உருட்டிப் பார்த்தால் பந்து போல உருட்ட வர வேண்டும், அதே நேரம் மெத்தென்று இருக்க வேண்டும்.

கர்ப்பத்திற்கு பிறகு  
ஸ்ட்ரெச் மார்க்குகள்,  
உங்களை இவ்வாறு  
விளங்கச் செய்கிறது...



ஸ்ட்ரெசுதில் கொண்டு  
தங்கள் அவைகளைத்  
தவிர்த்தாலே தவிர

• ஸ்ட்ரெசுமாக் என்றமே, உங்கள் கருமத்தின்  
: மே கிவரமாக, திரை நழும்புகள்  
• கர்ப்பத்தின் நான்காவது மாதத்திலிருந்து,  
செவ்வாய் வரை, தினமும் திரைமறை ஸ்ட்ரெசுதில்  
நடக்கங்கள்

• அரிபவை கட்டுப்படுத்தி, எண்ணெய்ச்சுவை  
அதிகமாக, ஸ்ட்ரெசுதில் ஆறு  
பிரதான உட்கொடுங்கள்  
உதவக

• ஸ்ட்ரெசுதில் உங்களுக்கும் உங்கள்  
குழந்தைக்கும் பாதுகாப்பானது என்ற  
மருத்துவக் கூறிப்புகை தெரிவிக்கின்றன

உதவக  
STRETCH  
NIL



STRETCH  
NIL

ஸ்ட்ரெசுதில் கர்ப்பத்தின்  
கணிப்பதானது தெரிவிக்க கொடுக்க  
தாவதம் தெரிவிக்கின்றன என்ற  
மற்றும் தினமும் உதவக.



# அருளகம்

தீர்க்க முடியாத நோய்களுக்கும், தாங்க முடியாத பிரச்சனைகளுக்கும் தீர்வு காண இறைவேத பரிசுரங்களால் மட்டுமே தீர்க்க முடியும்.

மனக்குழப்பம், குடும்பத்தில் குழப்பம், பில்லி சூனியம், கிரக நோயும், திருமண தடை, வியாபார தடை, புத்திரபாக்கியம், தீயசக்தியால் ஏற்படும் பிரச்சினைகள் வாழ்வில் தடைபடும் அனைத்து பிரச்சினைகளுக்கும் தீர்வு காண இன்றே அனுசுவீச.

**அருளகம்**



**அஸ்ஸாஜ் M. முற்றம்மது அப்பாஸ்**

24/3, செனாய் ரோடு. (காவல் நிலையம் எதிரில்)

தூய்மைப்பாக்கம், சென்னை - 600 034 பெண் - 8253335, 8312522

e-mail - ARULAGAM @ HOTMAIL . COM

குறிப்பு: \* வேளிழர், வேளிநாடுகளில் வசிப்பவர்களுக்கு தங்கள் பிரச்சினை தீர்க்க தம்மன் பெயர், தம்மன் தாயர் பெயருடன் தம்மன் பிரச்சனைகளை எழுதி ஆலோசனை பெறலாம்

பலவாசியை வட சிவம் உருவத்தைக் கவம்வாயின கண்களிலிருந்து தப்பிவிடப்படுவான்



**நாடுங்கள் நல்லது நடக்கும்**

ஜோதி & பூனோக வரகுண்டம்

ஸ்ரீ சங்கம் ஸம்ஸ்கந்தினா

அங்கமங்கார் பொருமார்

**கலியுக வரதனை**

நாடுங்கள்...

**S.A.P. வரதன்**

ஜாதம், கைநேகை, பெயரியம், நிபுனர்

- \* 76 வருட கால அனுபவமுள்ள தெய்வ அருள் பெற்ற ஜோதிடர்
- \* மூன்று தூதரான்குடன் கண்ட அனுபவம் வாய்ந்த குருவாயூர் ஸ்ரீ பரமசுந்தர பரமேஸ்வர குருக்களின் உதவியோடு பரிசுரங்கள்
- \* இம்மக்கள் செல்வ துன்பங்கள் பெருகுவருவீர்!

\* ஆலோசனைக் கட்டணம் தான் ஒன்றுக்கு ரூ. 108/- மட்டுமே.

E.W.S. 1743 VASANTHA COLONY, 1 STREET,  
(PILLAYAR KOIL OPPOSITE LANE), ANNA NAGAR WEST,  
CHENNAI - 600 040. PH: (044) 620 9541

குறிப்பு: ஜோதிடம் பார்க்க வரும் பெண்கள் தயவு செய்து மிக கத்தமாக வரும்படி, வேண்டப்படுகிறது.



6. இரத்தப் பதத்திற்கு வந்ததும் உடனே அருப்பிலிருந்து இறக்கி, ஏலக்காய்ப் பொடி வாய்க் சேர்த்து மாவை தூலிக் கொண்டே விளையாக, கட்டி தட்டாமல் கிணி விட்டும்.

7. பாகிஸ் பிடிக்கும் அளவு மாவை மட்டுமே சேர்க்க வேண்டும். அதிகமாகவும் சேர்க்கக் கூடாது. குணவாயாகவும் சேர்க்கக் கூடாது.

8. எககளால் உருட்டிப் பாரததால் உண்டவாயில் பந்து போல் வர வேண்டும். அதுதான் சரியான பதம். (சப்பாத்தி மாவைப் போன்ற பதம்).

9. நேரொரகு பாத்திரம் அயலத்து டப்பிலில் சிற்று நெய் தடவி இந்த மாவை அதில் உடனே மாற்றி விட்டும் மேலே ஒரு ஸ்பூன் நெய் விட்டு ஆவியதும் முடியுபவ முடி மறுதான் வரை வைக்கவும்.

10. தேவைப்பட்டால் மறுதான் சிந்தினவே பால் தெறித்து உருட்டிக் கொள்ளலாம் மாவில் இருந்து எலுமிச்சைவையு உருண்டை தயாரிக்கவும்.

11. எககளால் தட்டி மேலே சிற்று எககளால் தூலி அழுத்தி விட்டும் 1/1 அளவு வைத்திற்கு தட்டவும்.

12. ஒரு சிறிய வாணலியில் நெய் (அ) எண்ணெய் குட்டாக்கவும் இளமகுட்டில் ஒரு கொரகு அதிரைமாகப் பொரிக்கவும்.

13. ஒன்று வேகும் போது இன்னொன்றை பிளாஸ்டிக் வட்டியில் தட்டி வைத்துக் கொள்ளவும்.

14. இருபுறமும் திருப்பிப் போட்டு வெத்ததும் அதிகப்படியாக உறிஞ்சப்பட்ட எண்ணெய் அதிரைம் அழுத்தும் கருவி கொண்டு அழுத்தி எடுத்து விட்டும்.

15. ஒரு அரிவத தட்டில் தலித்தலியே வைக்கவும். ஒன்றன் மீது ஒன்றாகக் குட்டிய வைத்துப் பட்டிக் கொண்டு விடும.

16. நன்றாக ஆவிய பிறகு உப்பாவின் அடியில் சமைப்பவரையில் உபயோகப்படுத்தும் பெய்ஸிய பேப்பர் டாப்லிஷனில் ஒரு அடுக

வைத்து அடுக்கி அதை மேல் அதிரைத்த அடுக்கவும் ஒருவேளை அதிக எண்ணெயை குடித் திருத்தாம் அது உறிஞ்சப்பட்டு அதிரைம் அதிக எண்ணெய் இவ்வாயில் பரிமாறும் பொழுது 1974 இருக்கும்.

### குறிப்பு :

1. வெவ்வு அதிரைத்திற்கு 'பாகு வெவ்வு' மட்டுமே உபயோகப்படுத்த வேண்டும். மற்ற வெவ்வு சரியாக வராது.

2. 40 அரிசி மாவை உபயோகப்படுத்துதல் மிக முக்கியம்.

3. பாகு முதிர்ந்து விட்டாலே, முன்பாக எடுத்து விட்டாலே அதிரைம் சரியாக வராது. மெத்தென்ற உருண்டைப் பதம் மிக மிக முக்கியம்.

4. தூத்து ஆழாக்கு (ஒரு கிவோ) அரிசியை வைத்துவது இடித்தால் தோராயமாக 11 ஆழாக்கு மாவை கிடைக்கும்.

### ரவை, தேய்காய் பரிசீ

தேவையான பொருட்கள் :

துருவிய தேய்காய் - 1 கப்,

நெய் - 1 கப்,

பம்பாய் ரவை - 1 கப்,

முத்திரி பருப்புப் பொடி - 1 கப்,

பால் - 1 கப்,

சர்க்கரை - 1/2 கப்

செவ்முறை :

1. ஒரு அடி உயரான வாணலியில் 1/2 கப் தெய்யாண். அதைத் தேய்காய், வறுத்த ரவை, சர்க்கரை, முத்திரிப் பருப்புப் பொடி, பால் சேர்த்துக் கலந்து கொள்ளவும்.

2. பிதமான தளவில் அவ்வப்போது கிணி விட்டுச் குடாக்கவும்.

3. பரிசீ இரண்டு உருண்டை போல் வரும்.

### குதன பரிசீ

விட்டு கிரகஸ்தப்பிரவேசத்திற்குப் பொதுவாக எல்லோரும் கவாய் படங்கனோ, ஏதேனும் சீனாவோ தருவது வழக்கம். புதுவிதமாக நாம் ஒரு பூச்செடியை தரலாமே. ரோஸ், அரளி, செம்பருத்தி, பலவிதமான குரோட்டஸ் போன்ற வகைகள் நல்ல தரமான நச்சுறையில் வாங்கிக் கொடுத்தால், பிளாட்டியஸ் உள்ளவர்கள் பால்கனியில் தொட்டியிலும், தனி விடு உள்ளவர்கள் கொல்லலையிலும் வைக்கலாமே. ஒவ்வொரு முறை பூக்கும் போதும் களைடிப்பாக உங்கள் நினைவு அவர்களுக்கு வரும்.

- உஷா கிருஷ்ணமூர்த்தி



## இனிப்பு கட்லெட்

இந்தோனேஷியாவில் சமீபத்தில் உலகியில் ஒரு எளிய வகை இனிப்பு செய்து காட்டப்பட்டது இதோ செய்முறை விளக்கம் ஒரு கப் பயத்தம் பருப்பை நன்றாக வேக வைத்துத் தண்ணீர் இல்லாமல் பிழிந்து, நன்றாக மிதித்துக் கொள்ளவும். நான்-ஸ்டிக் லானியில் கால் கப் கெட்டி யான தேய்காய்ப் பால் விட்டு அதில் கால் கப் சர்க்கரை போட்டுக் கரைத்ததும் அதில் பயத்தம் பருப்பு விழுதைப் போட்டு, (பாதாம், பிஸ்தா, முந்திரி என வலுத்துப் போட் டும் செய்யலாம்) கறகக் கிளதி இறக்கவும் ஆறியதும் சிறு சிறு உருண்டைகளாகவோ, நீளமாக திரட்டியோ (சூலோப்பாஜாமஸ் போல்) செய்து கொள்ளவும். ஒரு கப் சோள மாவு (அ) மைதா மாளில் சிட்டிகை உப்புத் தூள் சேர்த்து, கெட்டியாக பஜ்ஜி மாவு போல் கரைத்து, அதில் இந்த உருண்டைகளை நனைத்து எடுத்து வெள்களை எள்ளில் புரட்டி எடுத்து, எண்ணெயில் பொரிக்கவும் பார்க்கவும், கவைக்கவும் மிகவும் நன்றாக உள்ளது. (முட்டை மிடிப்பவர்கள் மைதா கரைசலுக்கு பதில் முட்டையில் நனைத்து எள்ளில் புரட்டிப் பொரிக்கலாம்.)



- பாலா இராதேந்திரன்

போது மீதிபுள்ள தெய்வைச் சேர்த்து வாணலி யில் ஓட்டாமல் விலகி வரும் போது இறக்கி நெல் தடவிய தட்டில் கொட்டவும்

4. ஒரு நிமிடம் ஆறவிட்டுத் துண்டுகளாக வெட்டிக் கொள்ளவும்.

[குறிப்பு : \* ஒரு கப் என்பது 200 மில்லி.

\* வெய்யிலில் தனக்கு காய்ந்த முந்திரிப் பருப்பை சிறிய மிச்சரி தூளில் விட்டு விட்டு பொடி செய்தால் கட்டி தட்டாமல் பொடி வரும்]

### பட்சணங்கள்

பல வகையான இனிப்புகள் செய்யும் போது காரமான பட்சணங்கள் இல்லாவிட் டால் அத்த இனிப்பும் கூட குசிக்காது. சமைவல் புத்தகத்தில் இந்த செய்முறைக குறிப்புகளை கொடுத்திருந்தாலும் கூட பல பொதுவான சந்தேகங்களை இதைப் பேர்ந்த பத்திரிகைகளின் மூலம் தீவர்த்தி செய்யும் போது பலருக்கும் உபயோகமாக இருக்கலாம்.

முறுக்கு போன்ற பட்சணங்கள் செய்யும் போது பலருக்கும் முதலில் எழும் சந்தேகம் எந்த எண்ணெயில் பொரிக்கலாம் எனப்பதே. எனது அனுபவத்தின் மூலமாக நான் தெரிந்தது என்னவென்றால் சூரியகாந்தி எண்ணெய் விட கத்திரிக்கப்பட்ட கடலை எண்ணெய் (அதாவது ஒ.கே. ஆயில் என்று கூறப்படுவது) உபயோகப்படுத்தி முறுக்கு, மிச்சர் வகைகள் பொரித்தால் சேக்கிரம் நழுத்துப் போகாமல் ஒரு மாதம் வரை கூட வாசனை வராமல் நன்றாக இருக்கிறது.

முதலில் உங்களுக்கு 'வளை முறுக்கு' என்று தமிழ்நாட்டில் வழங்கப்படும் முறுக்கு செய் முறையைக் கூறுகிறேன். இதையே ஆந்திராவில் 'கோடி பேட்லு' என்றும் கர்நாடகாவில் 'செகோடிது' என்றும் கூறுவர். தமிழ்நாட்டில் செய்யப்படும் முறுக்கில் காரம் அதிகம் சேர்க்க மாட்டார்கள். ஆனால் ஆந்திரா, கர்நாட காவில் செய்யப்படும் முறுக்கில் மிகையாகத் தூள் கலந்து காரமாகச் செய்வதே வழக்கம்.

### வளை முறுக்கு (அ) கோடிபேட்லு

தேவையான பொருட்கள் :

பதப்படுத்தப்பட்ட அரிசி மாவு - 1 கப்.

பொட்டுக்கடலை மாவு - 1 கப்.

குடான எண்ணெய் (மாவிறது) -

2½ கரண்டி.

ஒமம் - ¼ மஸ்பூன்.

எளஞ் - 1 மஸ்பூன்.

பெரும்பாய்ப் பொடி - சிறிதளவு.

பொடி உப்பு - 3 மஸ்பூன்.

சிகப்பு மிளகாய்த் தூள் - ½ மஸ்பூன்.

எண்ணெய் -

பொரிக்கத் தேவையான அளவு

பதப்படுத்தப்பட்ட அரிசி மாவு :

பச்சரிசிலை அரை மாணி நேரம் தண்ணீரில் ஊறவைத்து, வடித்து நிழலில் காயவைத்து பிறகு மிஷினில் திரிக்கவும். மறுபடியும் பாலை

# ஷேப்ர்ஸ் கொண்டு சரியான வடிவத்தின் சேலன்னை எடுங்கள்.

மேலும்

உங்களுக்குக் கிடைக்கும் மேலான  
பாதுகாப்பை உணருங்கள்.

சரியான வடிவத்தைக் கொண்ட ஷேப்ர்ஸ், இடப்பக்கத்திலுள்ள  
நேப்பிலைப் போல தீளமாகவும் அகலமாகவும் உள்ளது.

ஆனால், அதிக உறிஞ்சும் தன்மைக்கு இதன் இருதி பாகம் அதிக  
குகைமிக உள்ளது.

சிறந்த வசதியை அளிக்க மிசேஷமாக இறுக்கி  
அழுத்தப்பட்டுள்ளது.

எதுமான தீள் எதுவும் வடிவில் நேப்பின்

ஷேப்ர்ஸ்

8 அடங்கிய  
பேக்கிற்கு

ஷேப்ர்ஸின் (ஸ்டீக்) அமைப்பைச் சீரமைக்கத்  
தெரிந்தால், சேலர்கள் எந்தெந்த உள்ளுக்கிலிருந்து  
தீளம் பரப்பி வருவதால், இதே போல் உணர்வு  
உணர்வு உணர்வு

Shapers - கு 35-க்கு 15 அடங்கிய பேக்கிற்கு  
நம்பகத்தின் வடிவம்

கு 35-க்கு 15 அடங்கிய பேக்கிற்கு  
வழங்கும் தரமான தயாரிப்பு

CODES20011749-01 7434

# ஸ்வாமி கண்ணன் பட்டாச்சாரியா

ஸ்வாமி கண்ணன் பட்டாச்சாரியா அவர்கள்  
வெள்ளிக்கிழமை தோறும் 12.30க்கு JAYA T.V.யில்  
அன்பர்களின் கேள்விக்கு பதில் அளிக்கிறார்.

JAYA T.V. கருத்துப் பேராய குகனி

JAYA T.V.

இலங்கை இலங்கை தீர்மானம் - பதில்

த.பெ. எண் - 3173, சென்னை - 32

வாஸ்து சாஸ்திரம், ஜாதகம், ஸந்தரிஷி வாக்கியம், எண்கணிதம், கைரேகை முதலான  
ஆலோசனைகளும், பூசாதிசூய யத்திசங்கமும் வழங்கப்படும்.

நேரில் தொடர்பு கொள்பவர்கள் மூன் கூட்டி தயாரிப்போ, போன் மூலமோ தெரிவித்து  
விட்டு வரவும்.

ஸ்ரீ யோக ஆஞ்சநேய சக்தி பீடம்

ஸ்வாமி கண்ணன் பட்டாச்சாரியா

யாழ் : 15, யாழ் : 31 வெங்கடங்குடி தெரு, சஞ்சீவி பெருக்கல் பக்கம்,

திருவல்லிக்கேணி, சென்னை 600 005. போன் : 844820, பெஜர் : 9632-717994

## பிஸ்ராத்

மருத்துவமனை

சிறப்பு அம்சங்கள் :

- ★ வலி இல்லை
- ★ மயக்கம் இல்லை
- ★ தழும்பு இல்லை
- ★ மருத்துவமனையின்  
தங்க வேண்டியதில்லை
- ★ தாம்பத்ய உறவுக்கு  
தடையில்லை
- ★ கிரந்த இழப்பு இல்லை
- ★ பக்க விரைவுகள்  
இல்லவே இல்லை

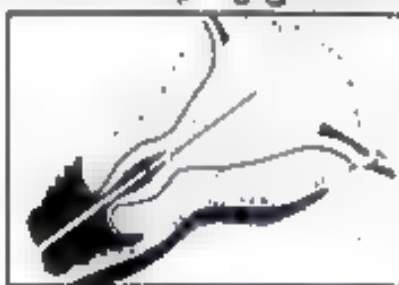
மகப்பேறு மற்றும் பெண்கள் நலப்பிரிவு  
பெருமையுடன் அறிமுகப்படுத்துகிறது

இந்தியாவிலேயே

ஒரு குகனி

தெர்மாசாய்ஸ்

கர்ப்பப்பை வியாதிகளுக்கு  
அறுவை சிகிச்சையின்றி முழுமையான தீர்வு...



மேலும் விவரங்களுக்கு...  
மகப்பேறு மற்றும் பெண்கள் நலப்பிரிவு  
பிஸ்ராத் மருத்துவமனை

43, மட்டக்கல் 1946466 2999 சென்னை 600 005, சென்னை  
பெஜர் : 6448277, 6448020

தெர்மா சாய்ஸ் இது ஒரு லேடஸ் சாய்ஸ்



இரண்டு நூறு நிழலில் உலர்த்தி, சலித்து பாட்டிலில் பத்திரப்படுத்தவும்.

**செய்முறை :**

1. அரிசி மாணவரும், பொட்டுக் கூட்டை மாணவரும் சலித்து ஒரு பேனாவில் எடுத்துக் கொள்ளவும்.

2. அதோடு உப்பு, பெருங்காயத்தூள், மிளகாய்த் தூள், ஒமம், என்னு சேத்து நனரா க் கலந்து கொள்ளவும்.

3. பிறகு குடான எண்ணெயை ஊற்றிக் கரண்டிக் காமபால் கலந்து விட்டு, கைகளால் எண்ணெய் சீராகப் பரவுப்படி, பிசுதி விடவும்.

4. மாணவ பாகங்களைப் பிரித்துக் கொண்டு, முதல் பாகத்தின் தண்ணீர் தெளித்து பதமாகப் பிசையவும்.

5. சிதிர உருண்டைகளாக (சிதிர எலுமிச்சனையளவு தயாரித்து அதை நீளவாக்கில் உருட்டி இரண்டு முனைகளையும் சேத்து வளையல் போல தயாரித்துக் கொள்வதும்.

6. ஒரு ஈட்டிற்குப் பிடிக்கும் அளவு தயாரித் தும் ஒன்றாக குடான எண்ணெயில் போட்டு சரகரப்பாகப் பொரித்தெடுக்கவும்.

7. முதல் ௧0 வேளும் நேரத்தில் அடுத்த ஈட்டிற்குப் பிடிக்கும் அளவு தயாரிக்கவும்.

8. ஒவ்வொரு முறையும் பொரிப்பதற்கு முன்புதான் அந்த பாகம் மாணவ தண்ணீர் விட்டுப் பிசைய வேண்டும் அப்போதுதான் முறுக்கில் எண்ணெயை குடிக்காது.

## புழுங்கலரிச் முறுக்கு

**தேவையான பொருட்கள் :**

இட்லி புழுங்கலரிசி - 2 கப்.

பொட்டுக்கூட்டை மாவு - 2 பேபின் ஸ்பூன்,

கனத்த உளுத்தம் பருப்பு மாவு -

1 பேபின் ஸ்பூன்,

எண்ணெய் -

பொரிக்கத் தேவையான அளவு, பெருங்காயப் பொடி - சிதிரளவு, வெண்ணெய் என்னு - 1 பேபின் ஸ்பூன் சீராக - 2 கப்ஸ்பூன்,

மாவுடன் கலந்து கொள்ள குடான எண்ணெய் - 1½ பேபின் ஸ்பூன்

ஊதாக அளரக்கவும் .

பச்சை மிளகாய் - 5,

உப்பு - குவிக்கேறா.

**செய்முறை :**

1. அரிசியை போதிய அளவு தண்ணீரில் 2 மணி நேரம் ஊறவைக்கவும்.

2. தண்ணீரை வடித்து கிரைண்டரில் கெட்டியான கிழுதூசு அளரத்துக் கொள்ள வும்.

3. ஊதாக அளரத்தபின் அதோடு பொட் டுக் கூட்டை மாவு, உளுத்தம் மாவு, பெருங்கா யப் பொடி, பச்சை மிளகாய் உப்பு அளரத்த விழுது, என்னு, சீராகப் சேர்த்துக் கலந்து கொள்வதும்.

4. பிறகு அத்துடன் குடான எண்ணெய் சேர்த்துக் கலந்து கொள்ளவும்.

5. முறுக்கு தாழிலில் 3 கன் உடைய தேனமுல அச்சைப் பயன்படுத்தி குடான எண்ணெயில் நேரடியாகப் பெரிய முறுக்காகப் பிழியவும்.

6. பொன்னிறமாக, சரகரப்பாக வெந்ததும் எடுத்து வளைதட்டில் ஆதலிடவும்.

7. ஆறியதும் உடைத்து உலர்த்த பாட்டிலில் போட்டு வைத்துத் தேவைப்படும்போது பரிமாறவும்.



மேல் லாடு செய்யும் போது எல்லா குறைகளும் இருந்தால் கவனமப்பட வேண்டாம். அனைக் கிச்சியில் எல்லா போல் பொடி சேத்து நெய்யின் வறுத்து, சித்திரளவு பரவு படிக்கவும் கலந்து சேத்தால் குவிக்க இருக்கும்.

தயாவலிக்கு சட்டி, குழை, குழம்பு, கூட்டு, பொரியல், அலியல் போன்று எது செய் தாலும் இரண்டுமையும் சேத்து அளரத்துச் செய் தால் ஜோனம் எளிதாவி விடும். இனிப்பு சாப் பிடும் போது பண்பட்டாமல் சாப்பிடலாம்.

- சி. கவுதமி



**மர்விகதயர் மலர்**

&

**தீப்துக் கதர்**

இணைத்து

பாழ்ந்தும்

# கொந்தமாய்

ஆனந்தமாய் வாழ வேண்டும் என்பது உலகிய வாழ்வு அளவளவில் மனத்திலும் உள்ள அடிப்படையான ஆசை அந்த ஆசை நிறைவேற என்ன வழி என்று சிந்தித்துப் பாடுங்கள். இன்று சராசரியாக ஒவ்வொரு மனிதனும் வாழும் வாழ்க்கையில் அதுப விக்ரம காமோக்யத்தை பாடுங்கள் ஏற்கனவே அந்தையில் பண னர்கள் வாழ்ந்ததைப் போல் வாழ்கின்றனர். ஆனால் அவர்கள் மனத்தில் இருந்த ஆனந்தமும் அமைதியும் உலகமே ஏன் இல் லாமல் போய்விட்டது? விஞ்ஞானம் மனிதனின் வாழ்க்கையை பலவிதங்களில் முன்னேற்றமடையச் செய்துள்ளது ஆனால் அதே சமயத்தில், ஒரு மனிதனின் மனத்திற்குள்ளே கொண்டே உலகம் முழுவதையும் அறிந்து விட முடியும் என்ற பவதையுமே ஏற்படுத்தியுள்ளதே! பலத்துடன நடத்தும் வாழ்க்கையில் ஆனந்தம் எங்கிருந்து கிடைக்கும்?

ஆனந்தமான அடைய மனிதன் சரியான மனதையே முதலில் செல்ல வேண்டும். அதற்கு முதலில் உலக ஆனந்தம் எதில் கிடைக்கும் என்று புரிந்து கொள்கது அவசியம் கூடிய பண யில்லாத பொது கடவுளை வேண்டுமே.

"கிவபெருமானே, எனக்குப் பத்து ரூபாய் கொடு" என்போம். பத்து ரூபாய் கிடைத்ததும் அடுத்த தான், "கிவனே! எனக்கு

பத்து ரூபாய் கொடு" என்று வேண்டுவோம்.

அதையும் கிடைத்ததும் "கிவா" எனக்கு ஆயிரம் ரூபாய் கொடு" என மன்றாடு வோம்.

இப்படியே தொடர்ந்து பத்தாயிரம், நூற்று நான்கு, ஸைரம் என ஆகும் அளவில் வானம் போதும் எப்போது திரும்பி நோக்கும்? பத்து ரூபாய்க்கா? நூறு ரூபாய்க்கா? ஆயிரம், பத்தாயிரம், லட்சம்! ஏன் கொடி ரூபாயே கிடைத்தாலும் ஆசை அடங்காது. அதன் பிறகு பத்தி வேண்டும், அதிகாரம்! கிவனும், பெரிசும் வேண்டும் என ஆசை எல்லையில்லாமல்

போகும் பணத்திற்கு எவ்  
வையிலாமல், பதவிக்கு  
எவ்வையிலாமல், அநிகா  
ரத்திற்கு, ஆசைக்கு அள  
விலாமல் போகிறது  
இவை அளவற்றும் கெடாத  
நாலும் பரந்து கிடக்கும்  
வானில் உள்ள நட்சத்திரங்  
களைய மிடிக்கலாம்”  
என்று கூடத் தொன்றும்

ஆக உலகில் உள்ள  
பிரதி உயிர் ஒவ்வொன்றிற்  
கும் பணத்தில், பதவியில்,  
பேரின்பத்தில் எவ்வையில  
லாத ஆசை ஏற்படுகிறது.  
இவ்வாறு பொருட்களை  
நாடிச் செலவழி ஒருவன  
கண்களாகக் கட்டிக்  
கொண்டு நடப்பதற்குச் சம  
மாகத்தான் அப்போது கண்  
களைத் திறந்து கொண்டு

நடப்பது எதற்கு அடமானது! அதுவே ஆன்மீக உணர்வை நாடிச்  
செய்வது. கண்களைத் திறந்து கொண்டு விழிப்புணர்வுடன்  
சென்றால் தாம் அடைவது ஆன்மீகம். கண்களை மூடிக்கொண்டு  
சென்றால், நமக்குக் கிடப்பது வெளகேம் நமக்கு எது தேவை?  
எந்த பானத் திறந்து? உடம்பம் ஆன்மீகமே!

ஆன்மீக உணர்வைய பெற முதலில் உங்கள் உள் மனத்தை  
கதறமாக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும் உங்கள் உள் மனத்தில்  
போட்டி, பொறாமை, கோபம், வெறுப்பு முதலியவை நிரம்பி  
விருந்தால் அவை வெளிப்படக் கடினத்தை பாதிக்கும். ஏனென  
னால் கடினத்தில் நடக்கும் செயல்கள் எவ்வாறோ உங்கள் உணர்ச்சி  
களின் வெளிப்பாடுதான்

உங்கள் மனத்தில் உள்ள கோபம் கடினத்தில் கொள்வதற்கு  
வெளியாகிறது உங்களிடம் உள்ள வெறுப்பு கடினத்தில் அசிக்க  
மான ஒரு சேவலாக திகழ்கிறது உங்களிடம் உள்ள பொறாமை  
உணர்ச்சி மக்களிடையே கவரங்களை ஏற்படுத்துகிறது

என்பே உங்கள் உள் மனத்தை இத்தக தீண்டாமை குறைபாடு  
விருந்து விடுபடச் செய்தால்தான் சுறுபுபுரச் சூழல் அதற்  
கேற்படி மாந் அமைதியாக விருப்பம் வரையில் இருக்கும்.

எனவதை சுறுபுயன் இத்தக சூழ்நிலை எனக்குப் பிடிக்க  
வில்லை ஏன் சுறுபுயன் இத்த உலகமே பிடிக்கவில்லை. நான்  
வேறு சிலத்தில் சென்று விடு கட்டிக் கொண்டு வாழப் போகி

# வாழ்வோமே!

சங்கர  
ஜக்கி  
வகதேவ்

முய்க்கலித்

பெருமை

இதன் திறந்து



நேன் என்று நீங்கள் நினைக்கலாம் அங்கே மட்டும் என்ன நிகழப் போகிறது? 'ஸ்டார் வார்ஸ்'தான்! இங்கே கிடைக்காத ஆனந்தம் அங்கே மட்டும் கிடைத்து விடப் போகிறதா? எண்ணூர் சைவரவதான போடப் போகிறீர்கள் என்றால் அதற்கு வேறு உலகத்திற்குப் போவா நேன்? பக்கத்து வீட்டாருடனோ அல்லது வீட்டில் உள்ளவர்களுடனேயே அந்தச் சுவை உணவு போடலாமே! உங்களுக்குள்ளேயே சமாதானமாக இருக்க முடியாத நீங்கள் வேறு உலகத்திற்குப் போய் மட்டும் பிரமாதமான வாழ்க்கை வாழ்ந்து விட முடியுமா?

வாழ்க்கை அனுபவத்தினை எடுத்துக் கொண்டு பாரததூய எந்த போகத்திற்குப் போனாலும் கிடைக்கப் போவது ஒன்றான உணவு புரியும் உங்களைக் கொப்பந்த விட முடியவில்லை பொறாமை, வெறுப்பு, பழை முத்தியவற்றை விட முடியவில்லை என்றால் உங்கள் வாழ்க்கை எப்படி அமைதியாக ஆனந்தமாக இருக்கும்? அப்படிப்பட்ட வாழ்க்கை தானே கிடைக்கும் என்ற எதிர் பார்ப்பிலேயே காலம் முடிந்து விடும்

பள்ளியில் படிக்கும் போது கல்லூரிக்குச் சென்று விட்டால் தனதாக இருக்கும் என்று தோன்றும் கல்லூரியில் படிக்கும் போது கவலாண்மையி லிட்டால் எல்லாம் சரியாகி விடும் என்று எண்ணம் ஏற்படும் கல்யாணமான பிறகு! வாழ்க்கை இப்படியே கற்பனையி லேயே ஓடிக்கொண்டிருக்கும்

வாழ்க்கையில் தன்மை வெளிச் சூழ நிலையம் சார்ந்து இருப்பதில்லை நீங்கள் போட்டுக் கொண்டிருக்கும் தகையினாலோ, உடைபினாலோ, படிக்கும் படிப்பினாலோ, உங்கள் குடும்பச் சூழ்நிலையினாலோ வாழ்க்கைத் தரம் திரிசயிக்கப்படுவதில்லை இந்த நிமிடத்தில் உங்கள் மனம் எத்தனை ஆனந்தமாக இருக்கிறது என்பதைப் பொறுத்தே வாழ்க்கையின் தரம் திச்சயிக்கப்படுகிறது வெளிச்சூழ நிலையோ, உங்களிடம் உள்ள பணமோ தகையோ உங்களுக்கு அந்த ஆனந்தத்தைத் தர முடியாது வெளிகூழநிலையின் பாதிப்பினாலோ அல்லது வேறு ஒரு தராவோ உங்கள் மனம் ஆனந்தத்தை இழந்து திகிறது என்று நீங்கள் நினைத்தால் அது தவறானதாகும்

"என் உணவுப் புனை பிடிக்கிறார், மது அருத்துவார், அதனால் என மனம் வருந்துகிறது" என்று நீங்கள் நினைத்தால், நீங்கள் உலக நடப்புகளுக்கு உங்களை அடிமைப்படுத்த நிற் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்று அந்தத் உலகத்துக்கு அந்த இருவுண்பரமாத்மாவே கணவராக வந்தால் கூட குறைகளை ஏற்பட்டுக் கொண்டதான் இருக்கும். அவரைப் பற்றிக் கூட அவரது மனைவியார்கள் குறைபட்டுக் கொண்டு நானே இருந்தார்கள்?

இவ்வாறு உலக நடப்பிற்கு அடிமைப்பட

வாக்கியம் பேசுமி :

"வயது வரா, வரா அதுவது இந்த வயது முதல் தம்பு வயது வரா என்ற கைக்கிட்டுப் பரக்கும் பேரது ஆனந்தம் குறைந்த பேரவது உம்?"

"நீங்கள் உலகம் அதிபாத குழந்தையாக இருக்கும் பேரது குழந்தை தனமை மாறாமல் இரத்தீர்கள் அதுவே வரா வரா உங்களை அடையாளம் தெனலத்து பேரல் விடுகிறது நீங்கள் அறிந்திருந்த நீங்கள் எங்கிலைய ஒருவரை குடுவிக் கொன்றும் உலகமே கவிழ்த்து விடுகிறது எரி, நம்மை விட அவனுக்கு அது இன்றும் அவசியம் என்ற நீங்கள் உலகிலைய பற்றிய நினைவை ஒதுக்குவதில்லை மாறாக வறுத்தி வறுத்தி நீங்கள் எங்கிலைய உலக அடையாளத்தை மாற்றிக் கொள்கிறீர்கள் இதனால் மனத்தில் உளை ஆனந்தத்தை தெனலத்து விடுகிறீர்கள்

மீள் தான சிறந்த வீட்டில் இருந்தபேரது ஆனந்த மாக இருந்ததாலும் திருமணமான பிறகு ஆனந்தம் தெனலத்து விட்டதென்றும் அலுத்துக் கொள்கிறீர்கள் நீங்கள் வளர்த்த கீழும், உலகை பெற்றோரும் தான் ஆனந்தத்திற்குக் காரணம் என்ற நீங்கள் நினைத்தால் அநே நாய வீட்டில் இப்பேரது போய்த் தங்கினாலும்

ருக் கொண்டு, மற்றொருவரால் என புனத்தம் பதிபோய் விட்டது என்று நினைப்பது தவறு அந்தச் சூழ்நிலையில் இருந்து விடுதலை பெற வேண்டும் என்று நினைப்பது உங்கள் அதிபா ணமைய உணர்த்துகிறது உங்கள் துரப்பினோ, ஆனந்தமோ உங்களுக்கு உள்ளே நடைபெறும் போது, அந்தத் துன்பத்திலிருந்து விடுதலை பெற மற்றவர்களின் நடவடிக்கைகள் ஏன் மாற வேண்டும்?

உங்கள் மனதை இத்தக் கற்பனைகளில் இருந்து விடுபடச் செய்து, வதார்த்தமாக சிறித்தி துப் பார்த்தால் வாழ்க்கை எத்தனை அருமை யானது, அரிதானது, பொற்றப்படி வேண்டியது! என்ற உண்மை புரியும் தாம் என்ன செய்யக் கொள்கிறோமோ, அதில் தமது தன்மை சார்ந் திருக்கிறது, எனவே தமது தன்மையை தவறாக மாற்றிக் கொண்டு தலை செய்யக்கூடாது செய் முறையே வேண்டும்

இருபது முப்பது ஆண்டுகளுக்கு முன் கற்பனை கூடச் செய்து பார்த்தால் அளவு வசதிகள் உங்களைடையே பெருகி விட்டன ஆனால் ஆனந்தம் பெருகவில்லை மற்றவர் களின் நடவடிக்கைகள் உங்களை பாதிப்பாமல், வாழ்க்கையை ஆனந்தமயமாக நடத்திச் செய் வது உங்கள் கையில் தான் இருக்கிறது அதை விட்டு விட்டு உங்களை மனம் ஆனந்தப்படுத்த வசதியில் நடந்து கொள்ளக்கூடிய மனிதர் ளை தேடித் கொண்டு சென்று உங்கள் வாழ்க்கையை வீணடித்துக் கொண்டால், திருவீழ் பார்க்கும்போது வாழ்க்கை முடிந்து விட்டிருக் கும் ஏனெனில் அப்படிப்பட்ட உதாரண புரு



ஆனந்தம் கிடைக்க வேண்டுமே! கிடைக்கும்? கிடைக்காது

அப்போது உங்கள் ஆனந்தத்திற்கு சிறு வயதில் என்ன காரணம்? உங்கள் அம்மாவாந்தான்! வயது வளர், படிப்பு, வேலை, நிறுவன வாழ்க்கை என்ற நிலைகள் ஆளப்பட்டதை அடைய சக்தியையும் உயிரையும் விடக்கூடக் கூடாது! அவை இன்ற உட்கருத்து ஆனந்தத்தைத் தரவில்லை! ஆனந்தத்தைப் பெற இவைமையென்றால் தேவையில்லை உன் தன்மைப் கந்தப்படுத்தினால் மட்டுமே போதும்

நம் உள்நாளை கந்தமாக இருக்கும் பொது உடை நடப்புகள் பாதிக்காது உங்களுக்கு நம்பு. அறுபது வயதாகும் போது, உங்கள் பெற்றோரை உட்கருத்து நிறுக்கவாம் ஆனால் வாழ்க்கை சன் தாய் அம்மாதான் இருக்கும் நம் வாழ்க்கை தொடர்ந்து நடந்து கொண்டிருக்கும் என்று புரிந்து கொள்டால் துன்பம் நம்மைப் பாதிக்காது

ஒருவன் புதிதாக வீட்டைக் கட்டி கிராஃப் போடும் செய்த போது, குருவினை அழைத்து ஆசீர்வதிக்கும்படி வேண்டுகான் அவரும், "இந்த வீட்டில் குருவில் உன் தந்தையும் அதன் பிறகு நீயும், உங்களுள் பிறகு உன் குழந்தையும் இருக்கட்டும்!" என்ற ஆசீர்

வாக உயிர் வாழ்வதில் எங்கு தேடினாலும் கிடைக்கப் போவதில்லை. இன்னும் சொல்லப் போனால் அப்படிப்பட்ட ஒருவர் நடைமுறையில் உயிர் வாழுவே இல்லை!

நீங்கள் ஆனந்தமாக வாழ்வதற்கு உங்களைச் சுற்றியுள்ளவர்களுக்கும், குழந்தைகளையும் ஆனந்தமாகவே இருக்க வேண்டுமென்று என்று நினைக்கக் கூடாது உலகு முட்டாள்கள் இருக்கும் ஒரு சமயமில், ஒரு அறிவாளி மறவராகனில் அறிவையெல்லாம் அகற்ற முடியும் அதே போல் ஆனந்தத்தை அனுபவிக்காதிருப்பவர்களில் மத்தியில், நீங்கள் ஆனந்தமாக இருந்தால், அதுவே மறவராகனில் துன்பத்தை நீக்க வழி செய்யும். அதை விட்டு விட்டு, "எனக்கு இப்போது நேரம் சரியில்லை, கிரகங்கள் சரியான நிலையில் இருந்து வேலை செய்யவில்லை!" என்று காரணம் கூறிக் கொண்டு துன்பப்படக் கூடாது.

கௌதம புத்தர் ஒருநாள் நடந்து வந்து கொண்டிருந்த போது பத்து பேருக்கு மத்தியில் ஒருவன் அவரைத் தங்கி வார்த்தைகளைப் பேசி திட்டிப் கொண்டிருந்தான் அவரை மெல்லும் மிகப் பொறுமைபுரக்க கேட்டுக் கொண்டிருந்த கௌதம புத்தர், "எனக்கு பத்து மணிக்கு ஒரு பொதுக் கூட்டத்தில் வந்து கொள்ள வேண்டியிருக்கிறது. கூட்டம் முடிந்து ஒரு மணிக்கு திரும்பி இதே வழியில் திரும்பிச் செல்வதை அப்போது என்னென்ன வார்த்தைகளைக் கூறாமல் மறந்து விட்டிருந்தாலோ அவற்றையும் ஞாபகப்படுத்திக் கொண்டு என்னைத் தொடர்ந்து திட்டலாம் எனக்கு இப்

வழித்தர் இரண்டு பேட்டைகள் வீட்டைக் கட்டியவர்களைக் கவனி, "என்ன குருவோ! இப்படி ஆசீர்வதிக்கிறீர்கள்?" என்று யயத்துடன் கேட்டான் அவர் உடனே, "வயதான பிறகு உன் தந்தை, அதே போல் வயதான பிறகு நீ, உனக்குப் பிறகு உன் மகன் இத்தகைய புத்தர் போல் பாதிப்பு யாருக்கும் ஏற்படாது. உன் வீடு மழைச்சீவாக இருக்கும் இதைத்தான் அப்படி ஆசீர்வதித்தேன்" என்றார்

அந்தத் வயதில் என்ன தன்மையுடன் நாம் இருக்க வேண்டுமோ, அதன்படி நடந்து கொள்டால் ஆனந்தம் வந்த வயதிலும் இருக்கும். மேலதாட்டினர் வயதாவதால் முகத்தில் ஏற்படும் கருக்கங்களை அனால் சிவகை பொது சரிசெய்து கொள்வதற்கு அந்தமாக இசைப்பதனால் நடந்து கொள்டால் நம் தாது இருக்குமா? வயதாக, ஆக உங்கள் வாழ்க்கையில் அதுவல்லவென்றப் பெற்று பக்குவமடைகிறீர்கள். இதைவன் படைத்தல் என்ற தெய்வீகவல் சரிசெய்து நடந்து விட்டான். அவன் அளித்திருக்கும் வாழ்க்கையை நம் வயதில் புத்தியைக் கெடுத்த தன்மையுடன் தத்தி வந்த வயதிலும் ஆனந்தமாக இருப்பது அவ்வாறின் காரத்தியுறம் கடனையுடையது

போது வழி விடுகிறாயா?" என்று கேட்டார்.

அவன் அந்தச் சூழ்நிலையை விட்டுப் பயத்து ஓடவில்லை மாறாக, "நீய் வார்த்தைகளை நீ பேசுவதினால் நான் பாதிக்கப்படவில்லை. இவற்றால் என் மனத்தில் உன்னை ஆனந்தம் பாதிக்கப்படாது!" என்று விடைக்குகிறார். வெளிச் சூழ்நிலைக்கு அடிமையாகக் கூடாது. தங்கு விருப்பமில்லாத வகையில் எதிர்மறை யாக சிவசூசிகன் துத்தாலும் நம் குறிக்கோள் இந்த உயிர் ஒருவன் திறைமையும் என்று தன்னைப்பின்போடு செயல்பட வேண்டும்.

இதர பக்குவத்தை அடைய தியானம் ஒரு சிறந்த பயிற்சி தியானம் என்பது ஒரு நிலை. இதற்கு உடல்திறமை, மனதிறமை சக்தி நிலை மூலமற்றவும் பக்குவத்திற்குக் கொண்டு வர வேண்டும் உடல்திறமைக்கும் மனதிறமைக்கும் தான் பாதிப்பு ஏற்படுகிறது. இவை இரண்டையும் ஒரு இடைவெளி விட்டு தன்னி லைத்தால் தன்மைய உங்களைப் பாதிக்காது.

தியானம் என்பது ஒரு செயல் அல்ல. அது ஒரு தன்மை. அந்தத் தன்மைக்கு உங்களைக் கொண்டு வர பயிற்சி யிட அவசியம். ஒரு செயலை நட அடுத்த நாளே முப்பத்தியை. அதே போல் தியானம் பயிற்சி ஒரு தரையில் வராது திரும்பத் திரும்பப் பயிற்சி செய்தால் தன் தன்மை உங்களுக்குள் வளரும் உங்கள் தன்மை தன்மையாக அமைத்தால், அதன் பலனாக உங்களைச் சுற்றியுள்ள சமூகம் ஆனந்தமாக அமையும்.

தொகுப்பு : ராஜ்லக்ஷ் சந்திரசேகர்  
படங்கள் : செளரா

தொழில்நுட்பம் மூலம் உங்கள் எதிர்பார்ப்புகளை விட அதிகமாக சாதித்துள்ளது.

LIC-PTSTAB001-08

# அசைவல்தான்

இப்போ  
தெல்லாம்  
குடும்பத்தில்  
ஒருவரையொரு  
வர் கரித்துக் கொட்டிக்  
கொள்கிறார்கள்.  
பட்டுப் போலப்  
பெண்டாட்டி: நல்ல  
சமத்தும் கூட. ஏன்  
இவன் மட்டும்  
எப்போதும் "சூர்"  
என்கிறான்? கல்  
யாண வீடியோக்

அ  
ம  
ரு

களில் இவன் முகத்தை  
அடிக்கடி உறைய வைக்  
கிறார்கள் காமிராக்காரர்கள்.  
அவ்வளவு பாவமும் லட்சண  
மும் அந்த முகத்தில். கணவனுக்கு அந்த வசிகரம்  
உறைத்ததாகவே தெரியவில்லை.

கம்பீரமான புகழன். இயல்பான இனிமையான  
அடிக்குரல். நறுக்கென்ற பேச்சு. எல்லாவற்  
றிலும் கெட்டிக்காரத்தனம்.  
ஆயினும் அவர் மனைவி  
மனத்தைக் கவர்ந்தவராகத்  
தெரியவில்லை. குழந்தைகளுக்  
கும் அப்பா அம்மா அழகாகவோ  
கம்பீரமாகவோ படுவதில்லை.

பட்டுப் புடவை உடுத்திக்  
கொண்டு வீட்டால் அழகு வந்து  
வீடாது. பளிச் சென்று நெற்றிப்  
பொட்டு நேர்த்தியான நகை நட்டு  
அணிந்து ஓரத்தில் உட்கார்ந்து  
வீட்டால் எடுபட்டு விட மாட்டோம்.  
அசைவு. அசைவு. அசைவுதான் அதி  
முகியம்.

அமெரிக்கர்கள் தோள் குறுக்குவது. சில மேனரிஸங்களைக் கை கால் அசைத்துச் செய்வது போன்றவற்றைக் கவனித்திருக்கிறோம். நாமோ 'மாட்டேன்' என்று இடதும் வலதுமாக தலை அசைப்பதைக் கூட பல காலம் முன்பே நிறுத்திக் கொண்டோம்.

கல்யாணக் காரியங்களில் குறுக்தம் நெடுக்கும் அலைவிற, அவசர வேலைகளில் ஆபாசத்தோடு தெற்றி விவரவைத் துளிகளுடன் இரிகிற, பச்சைப் புடவைப் போல் மூக்கும் உதமோக மனசில் அழுத்தமாகப் பதிந்தாள் காட்டு 'சிப்ளாஷ்பேக்' ஆகி விட்டது. அவளுடைய கிணைப் புள்ளை கண்ணுக்குள் போன் குவியலாய் விழுந்தது. இப்போது அது புதைபலாகி விட்டது. இப்போது எந்தக் கல்யாணத்தில் பெண்ணுக்கு அலைச்சல் திரிச்சல்? உட்கார்ந்த இடத்திலேயே செய்யும் புள்ளை வெறும் 'தே பேஸ்ட்' விளம்பர ரகம்தானே?

அசைவில் இருக்கிறது ரகசியம். தாம் அசைவையும் இயக்கத்தையும் வெகுலாசுப் புறக்கணித்து விட்டோம்.

பழைய 'தன்னீர்' நாட்களை நினைவுபடுத்திக் கொள்ளுங்கள், தற்போதைய பஞ்சம் மறந்து.

கவியு போட்டுக் கிணத்தில் தீர் இழுக்கிறபோது பெண்ணின் அழகான அசைவுகள், குதிகாறுக்கு மேலே துணி துளியும் ஏறாமல் மேலாக்கு சுவையாமல் இடுப்பு வெளியே தெரியாமல் குடத்தை உள்ளே போட்டு பரபரலென்று வெளியே இழுப்பதற்கு முன் குடம் முவசியதை எட்டிப் பார்த்துத் தீர்மானித்து இழுத்த குடத்தின் கழுத்துப் பிடிப்பை லாவகமாக விலக்கி இடுப்பில் குடம் வைத்து ஈரப் பாவாடை ஓரம் தடுக்காமல் சாமர்த்தியமாய் நடந்து பந்து குடம் இறைத்த ஆபாச

வேர்வைவைத் தலைப்பில் ஒற்றி- ஆகா! சாதாரணப் பெண் கூட அசைவில் அழகி அழகு'

ஆணுக்கு அழகென்ன குறைவா? தார்பாய்ச்ச வேட்டி கட்டி விட்டைத் துப்பரவு பண்ணும் போதும் தலைப்பாலை கட்டிக் கொண்டு பரண் மேல் ஏறும் போதும் தன்னீரைத் தோளில் தூக்கி ஈரம் மின்னுகிற ஆடு சதையும் கருகரு முடி மின்னுகிற காலுமாய் தீர் திரப்பும் போதும் அக்கம் பக்கத்துப் பெண்கள் எதிரே வரக் கூகவார்கள்.

மேலே சொன்னது கொச்சையாக எடுத்துக் கொள்ளத்தக்கதல்ல. நிறுத்தில் மனித உறவுகளுக்கு உடல் தோற்றம் அதி அடிப்படை



மெழுகு பொம்மை போல் உட்கார்ந்திருக்கிற, மேலே மேல் தான் வைத்து எழுதுகிற, நின்றபடி சமைவல் செய்கிற, அளரக்கவும் தோய்க்கவும் ஸ்விட்ச் நடடுகிற பெண் எத்தனை அழகாய் இருந்து-அழகுபடுத்திக் கொண்டு என்ன பிரயோசனம்?

ஆணும்தான் அலுங்காமல் பல் தெய்க்கிறான். மேலையில் காப்பி குடிக்கிறான். சட்டையில்லாமல் வீட்டில் கூட பார்க்க முடிவதில்லை. இயக்கம் என்பதே கிடைவாது. தாலடி நடப்பதும் இரு சக்கர தானகு சக்கர வாகனம் ஒட்டுவதும் நவிர, வீடு துப்புரவு வாக்கூம் கன்னிக்ல்தான்.

எத்தப் பெருளையும் வீட்டில் செய்வதில்லை. எல்லாம் ரெடிமேட், முன் பெய்வாம் விசேஷ நாட்களில் ஆள்கள்



அல்லத்து திரிந்து சாமான் சேகரம் செய்வார்கள். இப்போதெல்லாம் அதுவுமில்லை. சின்ன விஷயத்துக்கெல்லாம் சமையல்காரர் தம் வீட்டில் தயாரித்து நறுக்காக நாலு பதார்த்தம் கொண்டு வந்து சப்ளை செய்கிறார். தட்டு முதல் ஸ்பூன் வரை. பணம் கொஞ்சம் அதிகம். துளி மிச்சம் மீறி இல்லை. என்னெனையும் பின்னாக்குமாய் வீடு அசிக்கப்படுவதில்லை. என்ன? கொஞ்சம் நன்றாகச் சாப்பிடும் பேர்வழிகளுக்கு பத்தும் பத்தாமலுமாய் போடப்படுகிறது உணவு.

எல்லாம் சரி. பரபர வென்று இயங்கு கிற நம் ஆண்களின் கம்பீரம் எங்கே? வைத்த கண்ணா எடுக்காமல் நம் புருஷனை ரசிக்க வாய்ப்பு எங்கே? வைரம் போல உடம்பும் எடுத்த பேச்சு மாக நடமாடும் அப்பாவிடம் ஆசை வைக்க நம் குழந்தைகளுக்குச் சந்தர்ப்பம் எங்கே? பழைய மாதிரி வீட்டு வேலைகளை, வெளி வேலைகளை உடம்பு எழத்துச் செய்வதில் உடம்பு ஆரோக்கியம் இருக்கிறதோ என்னவோ மனசின் ஆரோக்கியம் இருக்கிறது. உண்மையில் ஆரோக்கியம் என்பது மனசும் உடம்பும் சேர்ந்ததுதானே?

அசைவுகளில் இயக்கத்தில் தனக்கும் பிறருக்குமாக மனநலம் கிடைக்கிறது. இயக்கங்கள் சார்ந்த மனிதர்கள் மீதுதான் வசிகரம் ஏற்படுகிறது. ஒருவித மயக்கமே உருவாகிறது. இப்படிப் பரஸ்பர வசிகரம், மன ஆரோக்கியம் உறவு முறைகளுக்கு முக்கியம் என்று தோன்றவில்லையா?

இதற்காக நாம் நவீன உபகரணங்களை வெளியேற்ற முடியாது வீட்டை விட்டு.

கூடியவரை உடம்பு அவயவங்களை உபயோகப்படுத்துகிற வேலைகளைச் செய்வது நல்லது. எப்போதும் குழுக்குள் போய்க் கதவைச் சாத்திக் கொள்ளாமல், டீனி கீழேயோ, கம்ப்யூட்டர் முன்னாலோ பேப்பருக்குப் பின்னாலோ மணிக்களக் கில் தம்மை இழக்காமல் வீட்டுக்குள் பிறர்கண்ணில் படுகிற மாதிரி ஏதாவது ஒரு விதத்தில் அசைவு இயக்கம் காட்டுவது நல்லது. உதாரணத்துக்குத் தோட்ட வேலை. சிரிக்க வேண்டாம், நடனம் கூட ஆடலாமே!



பூனை, நாய் போன்ற செல்லப் பிராணிகளை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். அவை சதா நடமாடி குறுக்கும் நெடுக்கும் வந்து அசைவுகளில் நாம் நம்மைக் கவரிகின்றன.

தினைய வேலை, உடம்பு எழக்கும் வேலை செய்வது அதுவும் நம் வேண்டியவர் முன் செய்வது நமக்குப் பெரிய அழகையும் மரியாதையையும் பெற்றுத் தருகிறது. இந்தச் சின்ன டிப்ஸ் தெரியா

மல்தான் ஆண் பெண்கள் தம் வசிகர எல்லைகளைத் தப்பி விட்டு விடுகிறார்கள் என்று நினைக்க வேண்டியிருக்கிறது.

நின்ற இடத்தில் சமையல், வாஷ்பேசிலில் கழுவல், ரூத்திட்ட கண்களோடு கம்ப்யூட்டர் முன் தொழில், வீடு வந்த பின் கருண்டு கொள்ளல், இங்கு எங்கிருந்து இயக்கம் வரும்? முனை மட்டும் இயங்குவதில் காந்தல்தான் மிச்சம். இயக்கங்களை வளர்த்துக் கொள்வோம் இனிமேலாவது.

— மாலதி

இந்த உடம்புக்கு சக்தி  
வேண்டுமானால் உயிர், சரீரத்  
துக்குள் இருக்க வேண்டு  
மானால் அதற்குத் தேவையான  
உணவும், தண்ணீரும் அவசியமாகிறது.

இது கொஞ்சம் அதிகமாகிற போது சட்டமலை கொழும்பு  
புதி சக்தி சில சமயங்களில் நாகவெ கூட ஏறி விவரமாகக்  
லிடுகிறது.

‘உணவும் தானே.. உண்பவனும் தானே  
உண்டவனும் உண்பவனும் தானே’

இந்த உயிர்வுத் வரிகள் மெய்யானதில் அந்த  
முன்னதுதான் மிகவும் நீ கொஞ்சம் அதாவது  
கமார் நீ மிலேர குறைக்க வேண்டிய  
கிழதாண்ட அநியாயத்துக்குத் தெரிந்திருந்து.

உணவுதான் அமிர்தம் அதுதான்  
பிராணம் அப்படி அளவையாமல்  
ஜீவன், தன்னை வளத்துக் கொள்ள  
அவ்வத்தையே புதிசகிறது  
அதுவே அளவுக்கு நீதி.  
போகும் போது அந்த அள  
ளமே நமக்கு எமனாகவும்  
ஆகிறது.

‘இத்தாய்மீம் என்  
ளாபமோ இருந்த  
இரண்டு மிலேர  
இளைசெட்டி யாவ  
காட்டியும். அதுக்காக  
இந்த ரவுக வேண்டாம்

இப்படி இயற்கை மிலிம்  
மளவுக்கும் ஒரு வார்த்தை

‘வா வா நீ உள்துக்குப்  
போகிட்டு இருக்கே மின்மார்  
எதுக்கும் உடம்பு சாகக்கூடா கொ  
இருக்காணனு சரி ‘சக்தி’ என்று  
பார்த்துக்க ‘அது ஏன் எனக்கு வந்தது

மீண்டும் மீண்டும்

இலங்கை  
சிறு  
நொந்தரவ

என்னு.. படிச்சி பாரு..”

ஜிழமதான். நீரிழிவு நோயுள்ளவர்கள் ஒன்று  
அதாவாசத்துக்குப் பெருத்துக் கொண்டே  
போவார்கள் இல்லாவிட்டால், அநிவாபத்துக்கு  
இணைத்துக் கொண்டே போவார்கள்.

“சாககரை பெருக்கும்; இல்லாவிட்டால்  
உருக்கும்.”

இது என் பாட்டி மொழி

இப்படி வேண்டுமானாலும் கொல்லலாம்.  
தூளுக்கு தான் எடை பார்க்கும் கருவியே  
தெளித்து வணங்கி அளவுக்கு வேயிட போடு  
நிறலாகுக்கும் ரத்தத்தில் சாககரை  
அளவை அய்வப்பொழுது சரிபார்க்க  
வேண்டும் அந்த போல் 'சடக்கென தீரது  
போன வேர்கடலைப் பொட்டலம் மாநிரி  
நகலிபி போன ஈயச்சொம்பு மாநிரி -  
உடம்பு உள்வாங்கி, கண்ணம் டொகரு  
விழுந்து, பறன் ஆட்டம் காண ஆரம்பித்  
தாலும் உங்களை மூணக்குள் ஒரு சிவப்பு  
விளக்கு எரிய வேண்டும்.

சரி.. சாககரை - அதாவது நீரிழிவு நயக்கு

உருக்கும்.. இல்லாவிட்டால்..

இருக்கிறதா என்பதற்கு உறுபகுமன் - இளைப்பு  
தவிர வேறு ஏதாவது அறிகுறி இருக்கிறதா என்று  
தாமதரம் வேதவல்லியின் அகத்துக்காரர், தன்  
மனைவியை விட்டுக் கேட்கச் சொல்லியிருக்  
கிறார். [அவருக்கு தானே பேச உச்சமாம். 'வேதா,  
தோன்பட்டை வலி இருந்தா ஷூக்ஸ் பிராப்ளம்னு  
எடுத்துக்கலாமா - ராத்திரி நாகரு வறன்றதே... அதைப்  
பதவி கேளு' என்று ரொம்ப ரொம்பச் சின்னத் தொண்  
டைசில் மனைவியை விரட்ட... என் கூறில் மயங்குடமாய்  
வீழுகிறது]

அவசரம் வேண்டாம் மிஸ்டர் வேதவல்லி... [சாரி...  
உங்க பெயர் தெரியாது மிஸஸ் ஜீனுவாலன், மிஸஸ்  
ராமநாதிரன் என்று சொல்கிற மாநிரி - கொஞ்சம் மாற்றிப்  
போட்டு விட்டேன். போய் வரக்கூடாது. இந்தக் காலத்தில்  
குடுதல்வாமை சகஜம்]

நீரிழிவு நோய்க்கான அறிகுறிகள் :

1. அதுய பசி. அந்த தாகம்..
2. கண் மூடி தெரியாத கோபம்
3. தலைசுருதல்.. மயக்கம்.
4. உடம்பு வலி. மிக முக்கியமாகத் தோன்பட்டை வலி
5. மலச்சிக்கல் வலிநிறப்போக்கு.

6. அடிபடாமல் புண் ஆதாமல், சீழ வட்டுதல்..

7. கட்டி, கொப்புளம் அரிப்பு போன்ற தோல் வியாதிகள்

8. கண் பார்வை 'சட்ட'டென மங்குதல்

9. பதன் வறுவிழந்து ஆட்டம் காணல்  
10. உடல் சொர்வு, சும்பகர்ண தூக்கம்  
11. சிறுநீரகப் பாஸ்தையில் எரிச்சல், அரிப்பு, அதாவது ஸ்ரிணரி இன்ஃபெக்ஷன் அடிக்கடி வருவது -

12. பாதங்களில் மூன் குத்துவது போன்ற உணர்வு. சமயங்களில் வெயிலில் நடத்தாற் போல பாதங்களில் எரிச்சல்.

13. கால் வீரங்கள்... பாதம், அல்லது உடம்பின் ஏதாவது ஒரு பாகம் மரத்துப் போனாற் போல ஒருவித மதமதப்பு...

போதுமா... இவைகள் அத்தனையும் சேர்ந்துதான் இருக்க வேண்டும் என்பதற்கு அபாயம். ஏதாவது ஒன்றிரண்டு சேர்ந்து இருக்கலாம். சிலருக்கு - பிரதானப் பாடசா ஆலாபனை செய்யும் போது - அல்லது ஸ்வரப்ரஸ்தாரம் செய்யும் போது - பக்கவாத்தியக்காரர்கள் ஈசனாக கட்டிக் கொண்டு உட்கார்த்திருப்பது போல ஒரு பிரச்சனை விளங்காமல் இருக்கும். அப்போதும், 'தான் பாடி முடிச்சாக்க. நீங்க ஆரம்பிக்கோ' என்று வித்வான் ஒய்த்துத் தலி ஆவர்த்தனம் என்கிற பெயரில் ஒரே சமயத்தில் இரண்டு அல்லது மூன்று பக்கவாத்தியங்கள் பிய்த்து உதற - உச்சேரி உணைகட்ட - ஆரம்பித்து விடும்'

"ஒன்றுமே இல்லை அறு. சதா நாலுட்டை. உடம்பு வேர்த்துக் கொட்டிக் கொட்டிக் தொப்பலா நனைபறது. கொஞ்சம் எழுமிச்சை எழுவு அனலாச சர்க்கரையுங்கு ஒரு ஸ்பூன் தெறும் [?] கூலத்து குடிக்கச் சொன்னேன். எங்கத்து மாமாவிட்ட அது பித்தத் தைக் கிளப்பி விட்டுருத்தோ என்னவோ.. தண்ணித் துறை மார்கெட்டுய 'தடால்'று மயக்கம் போட்டு விழுந்துட்டார். அக்கம் பக்கத்துவ இருத்தவாப் பார்த்துட்டு உடனே ஒரு பிராண்டாட்டி வாங்கிக் கொடுத்து... ஆஸ் பத்திரிக்குக் கொண்டு போயிருக்கா மறுஷன்

முணு துளாக் கண்ணே திறக்கலை. அண்ண ஆகாரமில்லை!!! தண்ணா நறுக்குறு ராத்திரி மோர் சாதம் சாப்பிட்டாகனும் அடாருக்கு. பாட்டரானா ரத்தத்துல சர்க்கரை லிக்குட் மேல் இருக்குங்கறார்."

இது எங்கள் வீட்டில் விசேஷத்துக்கு சமைக்க வரும் மாமிமீன் புலம்பல்.

எதெல்லாம் அபத்தியமோ - அனாதெல்லாம் செய்து விட்டு, அகத்துக்காரர் கண்ணையே திறக்கலில்லை என்று அங்கலாத்தலாய் எப்படி?

நல்லவிளைபாக - எனது ஆரம்பக்கால தீர்ழிவுக்கு என் அப்பாவே ஆசானாகவும், வழிகாட்டியாகவும் இருந்து உதவினார். எத்தனை பேருக்கு இந்த பாக்கியம் கிடைக்கும்?

ஆனால் ஒன்று... அப்பாவுக்கு அவரது முப்பத்தி மூன்று வயதிலிருந்தே டயபயஸின் தாக்கம் என்றாலும் அவர், அதன் தன்மை அறிந்து, சர்க்கஸ் புனைவ ஆட்டுவிக்கும் ரீஸ் மாஸ்டர் போல தனது நோயைக் கட்டுக்குள் வைத்திருந்தார். காரணம் - அவருக்கு அவரது அப்பாவிடம் பெற்ற பயிற்சி.

ஆக... ஒரு குடும்பத்தில் தனதுமூன்றாம் முனையாய் டாக்டர்கள், இன்ஜினியர்கள் தான் உருவாக வேண்டும் என்பதில்லை... இப்படிப்பட்ட வாரிசு நோய்களும் - பெற்றோரால் பிளாந்ததரிக்கப்படும்

இந்த பிளட் ஷூக் - மேட்டோல் உருவாதி, சென்னையில் ராயபுரத்தில் மிகவும் பிரபலமான எம்.வி. டயபயஸ் சென்ட்டரில் பயிற்சி அளிக்கப்பட்டு, அதே ராயபுரத்தில் உள்ள டாக்டர் குரானசெனத்தரி அம்மாவின்னால் கவனத்துடன் கண்காணிக்கப்பட்டு...

எம்.வி. டயபயஸ் சென்ட்டரில் - தானும், அப்பாவுமாய் ஒரே அறை எடுத்துக் கொண்டு தங்குவோம். ஜெயந்தி எங்களுடன்... அப்பொழுதெல்லாம் எனக்கு நாக்கு மனா நீளம் - தேங்காய்

சென்னையில் தில்லி வரும் தண்ணிப் பஞ்சத்தில், சில இடங்களில் நீர் மிகவும் உப்பு உரிகிறது. துவத்தில் துணி துவைத்தால் பழுப்பேறி, நிறம் மங்கி விடுகிறது. என் துத்தை வேசனைப்படி துணிகளை, சலவைப் பவுடரில் ஹைவைக்கும் போது, சிந்தி கல் உப்பும் சேர்த்து, ஹைவைத்துத் துவைத்ததில் வெள்ளைத் துணிகளில் ஏறிய பழுப்பு நிறம் மாறி, துணிகள் பளிச்சென்று மின்னிவது.

- லீதா பாலு.





சமையல் செய்து கொண்டிருந்த நான் ஏதோ நினைவில் னப் போடிக்குப் பதில் மசாலாப் பொடியைப் போட்டு விட கண்டுபிடித்தேன் தவறு.

பின் உடன், தக்காளி, பச்சை மிளகாய், கொத்து மல்லி, கருவேப்பிலையை அரைத்துப் போட்டு ஏகத்தில் கொதிக்க வைத்தேன். பசியுடன் உட்கார்ந்த கணவருக்கு சாதத்தில் ஏசும் ஊற்ற, பிசைந்து சாப்பிட்டவர், "என்ன இது வித்தியாசமாக - ஆனால் டெஸ்டாக உள்ளதே" என்றார். "இது மசாலா ஏசும்" என்றேன் நழுட்டுச் சிரிப்புடன்.

— கலோசனா,



போடாத பொரியல், அப்பளம் இல்லாத சாம்பார் சாதம்.. தொண்டைக்குள் கொற டாலை வைத்துக் குத்தினாலும் இறங்காது.

காலைவழி காபி.. காலை சிற்றுண்டிக்கு எனக்கு இரண்டே இரண்டு இட்லி. ஒரு பெரிய 'பாத்தப்' போன்ற பாத்திரத்தில் உப்பு சப் பில்லாத சாம்பார்.. வெறும் பொட்டுக்கடலை மட்டும் வைத்து அரைத்த சட்னி. இது எனக்கு.

அப்பாவுக்கு மூன்று இட்லி இடே சாம் பார் - சட்னி. ஜெயந்திக்கு நேர ரெண்டிரிக்கண்.

அதே போல, பஸ் சாப்பாட்டில் எனக்கு குங்குமச் சிமித் போன்ற ஒரு கப்பில் சோறு. பீன்ஸ், பாகல், சௌசென், கிரை இதில் ஏதாவது ஒரு பொரியல்.. பாதி வேளும்போதே லாஸ் தீர்த்து விட்டாற்போல அரை வேக்காட் டில் மற்றபடி கண்டல்.. பச்சைக் காய்கறி வேண்டிய அளவு.

இதுவே அப்பாவுக்கு இரண்டு கப் சோறு.. கொஞ்சம் ஊறுகாய், இரண்டு பொரித்த அப்பளம்.. நவீர போஸல் -

ஒளித்த பாரபட்சம் என்று ஒருநாள், டாக்டர் மோகன் அவர்களிடம் அழமாட்டாத குறையாய்க் கேட்டேன். அவர் சிரிப்பை தாராளமாய் சித்தினார், பின், நிதானமாய் எடுத்துரைத்தார்.

"நீங்க சின்ன வயசு. இப்பத்தான் மூப்பத்தி யானு வயசாந்து. உடம்பு வெலிட் வேற.. அரிசி சோறு, பொரிச்ச அப்பளம் இதெல்லாம் உங்க உடம்புக்கு சற்று.. ஒரு நாளைக்கு ஆயிரத்து இருநூறு கலோரிதான் உங்களுக்கு.."

"நான் மயக்கம் போட்டு விழுந்துட்டா?"

"கண்டிப்பா லிழ் மாட்டிங்க. இன்னும் பத்து பேரை மூச்சு பேச்சில்லாமச் செல்வீங்க. உங்களுக்கு ஏற்கெனவே நிறைய சக்தி இருக்கு. எப்படி செலவுழிக்கறதுங்கறதுதான் பிரச்சனை. ஆனா அப்பா அப்படியிலேயே, வயசானவர். நீங் ஊர்-கரை ரொம்பவும் கண்ட்ரோல்வே

வச்சிருக்காரா. அவா உடம்புக்கு இப்ப அதிக கலோரிகன் தேவை. ரொம்பப் பசிச்சா - நிறைய வெள்ளரிக்கா, தக்காளி, வெங்காயம், மோர் சாப்பிடலாமே இந்த உடல் போரடிச்சா சொல்லுங்க. வேற மாதிரி மாத்தலாம். ஆனா இது மாதிரிதான் அதுவும். சோறு ஒரு கப்.. மோர்... மற்றபடி உங்களுக்குப் பிடிச்ச வெஜிடபிள்..."

அவரது வார்த்தைகளில் நிறைய சர்க்கரை- மனிதர், பேசியே நோயாளியின் பசியை மறக்கடித்து விடுவார்.

ஆனால் என் அப்பாவுக்குத்தான் பரசம் பொங்கும் அருளம் மகளுக்குப் பிடித்த அப் பத்தையையும், ஊறுகாயையும் தொடாமல் அப் படியே மூடி வைத்து விடுவார். இல்லாவிட் டால் மாகும் பார்க்காத போது ஒரு அப்பளத் தையும், துறுக்குப் பிடிமானம் ஊறுகாயையும் என் தட்டில் வைப்பார்.

"போனாப் போறது சாப்பிடு..."

"ஒண்ணும் வேண்டாம். இன்னிக் கு சாப்பிட்டா நாளைக்கும் இது வேணும்னு நாகு கேட்கும்."

நான் மனசே இல்லாமல் தன்னி ணைப்பேன்.

"இந்த உப்பு சப்பில்லாத சாப்பாட்டை எவன் சாப்பிட்டுது? எனக்கு இறங்கவே ஆனா, நீ எப்படி ஒண்ணுமே சொல்லாம சாப் பிட்டுற?"

நான் ஜெயந்திவைக் கேட்பேன்.

சாப்பாட்டு விஷயத்தில் சின்ன வயது முதலே ஜெயந்தி ஒரு ஞானி மாதிரி.

எதைப் போட்டாலும் குற்றம் குறை சொல்லாமல் சாப்பிட்டு விடுவான்.

"ஏன், தல்வாத்தானே இருக்கு. உங்களுக்கு கிரை பிடிக்காட்டி எனக்குப் போடுப்பா."

அப்பொழுதெல்லாம் சாப்பாடு சரியில்லாத நினைல் செமத்தியான கோபம் வரும். என் றுண்டய ஆததாமைக்கும், ஆத்திரத்துக்கும்

இலங்கைகிறவன் தெயத்திதான்.

அந்த நாட்களில் பசியில் நான் விசியெறித்த தம்மா. தட்டுக்களை எல்லாம் அவள்தான் பொறுமைவாகப் பொறுக்கி வைப்பாள். மாஸலையில் உபயோகம் சென்ட்டரில் வகுப்புகள் நடக்கும்.

தோயாளிகளுடன், அவர்களுடைய கவலிப் பாவர்களும் போல் உட்காரலாம். சத்தேகம் இருந்தால் கேட்கலாம். எனக்கு இப்பொழுதும் நன்றாக நினைவிற்குக்கிறது.

ஒருநாள் வகுப்பில் போது தெயத்தி எழுந்து டாக்டரைப் பார்த்துக் கேட்டாள்.

"டாக்டர்... எங்க அக்காவுக்கு மீட்டுவெஸ் திராட்சைவிண்ணா உசிர். அது கிடைக்கறப்ப அதிகம் வேண்டாம். பத்து பதினாஞ்சு திராட்சை சாப்பிட்டுத் தரலாமா?"

"வாரியம்மா, உனக்கு உன் அக்கா மேல இருக்கற பிரியம் புரியுது. உன் பாசத்தை - திராட்சை மூலமாகக் காட்டாதே. அவங்க தினைய நான், ஆரோக்கியமான வாழ்வுமுனா.. திராட்சை, மாம்பழம், கமலா ஆரஞ்சு, சப்போட்டா இளைமெல்லாம் கண்ணாடியே காட்டாதே..."

அவ்வாறக்கு அவள் அழுத்து - இவ்வாறவும் என் மனசில் ஆழப் பதிந்திருக்கிறது.

அப்பழம் நானே சொன்னேன்.

"சீச்சி... அந்தப் பழமெல்லாம் புனிக்கும். எனக்கு வேண்டாம்பா..."

இந்த மாநில ஆசிரமத்தில் இருப்பது போல பத்துப் பதினாந்து நாட்கள் ஆஸ்பத்திரியில் தங்கி, வேளா வேளைக்கு அவர்கள் தரும் உணவை சாப்பிட்டு, சர்க்கரை வியாதிவக

விரண்டரில் குழவி வைக்க வளையல் கள் வைத்திருப்பார்கள். அறிம் மெய்தான வெள் வளத் துணியைக் கிறிய அகவத்தோடு தீளமான வண்டாக்கி, கற்றி விட்டு கிட்டைல், பார்க்கவும் அழகாக இருக்கும். கீறலும் விழாது, துருவும் பிடிக்காது.

- விசுவாசம்



கட்டுப்படுத்தி, இரண்டு மூன்று சிலோ குறைந்து விட்டுக்கு வருவேன். அப்பழம் ஒரு இருபது நாளைக்கு ஆஸ்பத்திரி மாநிலியே - இரண்டு இட்லி தக்காளி வெள்ளரி சாஸ்ட், நீர் மோர், ஒரு கப் சாதம் என்று தீட்சிதர் வீட்டுக் கவ்யாணம் போல வீடு நிமிசாகப் படும்.

அப்பழம் மென்ன மென்ன சோம்பெறித் தனம் எட்டிப் பார்க்கும் அவட்சியம் தலை தூக்கும்.

"என்ன, ஒரு இட்லி கூடப் போட்டுண்டா என்ன மதியாணம் சாப்பாட்டு அளவுல சூறைக் கக்கலாம்..."

"ஏய் அது என்னடா... ஆவக்காயா - இப்பே கொஞ்சம் போடேன்... ஆவக்காய் சாதம் பிளாசுக்கு, நலவெண்ணெயைப் பரவலா கதத்தி, கட்ட அப்பளம் நொட்டுட்டு சாப்பிட்டு எத்தனை நாளாக்க..."

"ஒரு கப் சாதத்துல குழம்பு, ரசம், மோர்னு எப்படி, பிரிக்க சாப்பிடறதாம். பேசாம ரசத்துல, சீரை மதியாணம் போட்டு ஒரு கலக்குக் கூக்கி 'கப்'புறு அடிக்க வேண்டியதுதான்..."

அந்த நாட்களில்தான் சோதனை போல - காப்பப்பையில் சோளத்து இருந்து, அந்தகாக ஸ்கோ பண்ணப் போக விதி சிறித்தது.

இளக்கிளைச் சரகை வைக்கும் பால்கிரியாஸ்மில் இரண்டு துக்குளியூண்டு கொப்புளம் இருந்து, ஸ்கோலுக்காக வயிறறிவ மீது அழுத்தித் தேய்த்ததில் ஒரு கொப்புளம் வெடித்து, வலிற்றுக்குளவையே ரத்தக் கசிவு ஏற்பட்டு சோமாவுக்குத் தள்ளப்பட்டேன்.

டாக்டர் கனகவல்லி கூறியது போல என்ன வாழ்நாளின் கறுப்பு நாட்கள். கத்தபாய் - பிரச்சனையின்றி கிடந்தேன்.

அந்தச் சம்பவத்துக்குப் பிறகுதான், நான் 'இளக்கின் டிபென்டண்ட்' என்ற பிரிவுக்குக் கட்டு மாற்றேன்.

உபயோகஸ்சில் கூட தூதி உண்டு தெரியுமோ...

அது பற்றி - தேவகி மருத்துவமனை டாக்டர் ரத்னசபாபதி அவர்கள் விளக்கமாகச் சொன்னதைக் கேட்க வேண்டுமென்றால்...

இதோ - இப்போதிருந்தே - காளை உள்வுக்கும், பகல் உணவுக்கும் இடைவெளி என்னமெல்லாம் நொறுக்குதிற்கள் என்பதை ஒரு விஸ்ட் போடுங்கள்.

அசந்து விடுவீர்கள்.

செனாட், ஜாண்டி அப்பழம் அன்னம் மாமி உங்க கதையெல்லாம் - அடுத்த இதழிலே புட்டு புட்டு வைக்கப் போறேன் அதுவரையில் காப்பியில் சர்க்கரைவை நிறுத்தி வைப்புகள் - பின்ன!

(தொடரும்)



**ந**ம் நாட்டில் அவ்வப் போது மறை பெய்வதற்குக் காரணமே ஆர்ப்பாட்டமில்லாமல், அமைதியான முறையில் தொண்டு செய்து கொள்ள முடிமக்கள்தான் எனலாம். சென்னை அரசு பொது மருத்துவமனையில் மிகச் சிறந்த முறையில் பணியாற்றியமைக்காக 2009-2010 ஆண்டின் பாராட்டுச் சான்றிதழ் பெற்ற திருமதி சி. தேவசியம் இவர்களுள் ஒருவர்.

உடந்தை ரூப்பதாளன்களுக்கும் மேலாக தமிழ்நாடு மருத்துவ சேவைத் துறையில் தாஸாகப் பணியாற்றிக் கொண்டிருக்கிறார் தேவசி. பணியில் சேர்ந்த சில ஆண்டுகளிலேயே 1981ம் ஆண்டிற்கான ம்பெஷல் ஸார்டிங் சிறந்த பராமரிப்பிற்காக பாராட்டைப் பெற்றார் இவர்.

மூப்பெல்லாம் பிரபலமானவர்களுக்கு நோய் வறுபட்டால் அரசாங்க மருத்துவமனைக்குத்தான் வருவார்கள் அப்போது பல விசுவாசகரமான கவனிக்கும் ஸார்டிங் கிடைத்து இவருக்கு. மெபா சிலகூறம், பிரபு (வருமன் ஸரி ஆனவையர்), ஜீனா (நம்.பி.), கலியாசு கண்ணதாசன் போலவாரர்களுக்குப் பணி வியை. செய்திருக்கிறார் கலியாசு கண்ணதாசன் இவரது சேவையினால் மனம் குளிர்ந்து இவர் மீது ஒரு பாட்டி. எழுதினார்.

இவரது தமிழ் நாடு பவளில் மிட்டத்தட்ட பண்ணி ரண்டு ஆண்டுகளுக்கு மேல் பணியாற்றியுள்ளார் தேவசி. அங்கு திரு. எம்.எம். குரானா, திரு. பி.சி. அனெக்சாண்டர், திரு. பீழை தாராயன் சிங், திரு. என். என். பாஸாஸ், திரு. எம். சென்னா ரெட்டி. மற்றார் செல்வி கிபாத்திமா பிவி போன்ற ஆளுனர்களுக்கும் பணிவிடை செய்திருக்கிறார் இவர்.

"இதைவெல்லாம் வீட

தவகளை உபாஸ்களுக்கு நிவாரணம் தேடி வரும் ஆயிரக்கணக்கான மக்களுக்குப் புன்கிரிப்புடன் சேவை செய்யும் ஸார்ப் பிற்காக ஆண்டவனுக்கு நன்றி செலுத்துகிறேன். நர்ஸ் தொழில் ஒரு புனிதமான தொழில். சங் உடத்துடன் வருபவர்கள் நர்ஸ் கமின் இன்முகத்தைப் பார்த்தாவே எதரியமடைத்து விடுகிறார்கள். தோஸை ஜம்பது சதவிகிதம் இதுவே குணப்படுத்தி

# **புன்னகை தான் முதல் மருந்து!**



விடுதலை" என்கிறார் தேவமி.

“நான் என்னுடைய சீருடைகளை மீது அளவு கடந்த மரியாதை வைத்திருக்கிறேன். சீருடைவை அணிந்து கொண்டவுடன் என்னுடைய குடும்பத்தின் சித்தனையே போய் விடுகிறது. தொழில் தாமதம் என்னுடைய நேயாளிகளின் முகங்களுமே சூப்பகத்திற்கு வருகின்றன” என்கிறார் இவர்.

முப்பதாண்டுகளாக பலரது இன்னல்களுக்கு மருதி  
திட்டுப் பேணிக் காத்தவரின் வாழ்க்கையில் பெரும்  
சோகம்! இவ்வுடைய மகன் கரேஷின் சிறுநீரகம் பழுத  
டைந்தது. அவன் படுத்த படுக்கையாக சில காலம் இதுத  
லிட்டு மறைத்து விட்டான். ஆனால் இந்த சோகத்தை  
தடைத்தெறிந்து விட்டு இன்னும் அதிக ஈடுபாடுடன்,  
முழுமனச்சாக நோயாளிகளின் சேவையில் இறங்கி  
விட்டார் இவர்.

"என்றுடைய வேண்டுகோள் என்னவேதால் எய்  
லோரும் நிராயணிகளை தங்களுடைய சொந்தக்காரர்

“இதை வெயல்வரம் பொது மக்கள் புரிந்து கொண்டு கடைபிடித்தால் எங்களால் இன்னும் அதிக கவனத்துடன் பணியாற்ற முடியும்” என்கிறார் தேவசி.

“எத்தனையோ பிரமுகர்கள்  
மாண தனியார் ஆஸ்பத்திரிகள்  
எழும்பி வீட்டன் என்றாலும்  
அரசு மருத்துவமனையைப்  
போல இலவசமாக சிகிச்சை  
செய்யக்கூடிய மருத்துவமனை  
ஒன்று கூட இல்லை. அரசு  
மருத்துவமனையில் மற்ற  
ஆஸ்பத்திரிகளை விட அதிக  
வீண உபகரணங்களை

۷۹۵۴

Einleitung  
 Hauptteil  
 Schluss  
 Literaturverzeichnis  
 Anhang  
 Bibliographie  
 Zusammenfassung  
 Danksagung  
 Impressum

- Story on Page

25.

சிலிச்சை முனாறுகளும் சிறந்த மருத்துவர்களின் கவனிப்பும் இருக்கின்றன. நூறாண்டுகளுக்கும் மேலாக இயங்கி வரும் அரக மருத்துவமனையில் பல மருத்துவப் பிரிவுகளில் சிறந்த மருத்துவர்கள் பணி யாற்றி வருகிறார்கள். பெரது மக்கள் இந்த வசதிகளால் பயமானத்து ஆரோக்கியமாக, சுத்தோஷமாக வாழ வேண்டும்" என்றிதார் இந்த சேவகி.

பேட்டி : சாவாத்தி



களாக நினைத்துப் பணிவிடை செயல் வேண்டுமென்பதுதான். அப்போதுதான் தூய நோற்றின் பெருமை மெய்யும் உயரமும்" என்பதற்குத் தேவன்

மருத்துகள் மரத்திரம் நோய்களுக்கு நிவாரணமாவ. நோயாளிகளும் அவர்களது குடும்பத்தாடும் நடத்தப்படும் விதம். டாக்டர்களின் மீது அவர்கள் வைத்திருக்கும் நம்பிக்கை, நாஸ்துகரின் பணிவிடை, கைதயாண் சூழல், சப்தமில்லாத சுற்றுப்புறம் போன்றவைவடிவ நோய்கள் சிக்ரம் குணமாக வழிவகுக்கின்றன" என்கிறார் இவர்.

அதனாவதான் ஆஸ்பத்திரியில் நோயாளிகளை டார்க்க வகுப்பார்கள் அதிகம் பேராக வராததோடு குறித்த பிரததிஸ மட்டுமே வர வேண்டிய அவசியத்தை வலி புறுத்துகிறார் இவர். அதே போல் கூடிய வளரகமும் ஆஸ்பத்திரிகளுக்கு குழந்தைகளை அழைத்து வரக்கூடாது. ஆஸ்பத்திரியின் சுற்றுப்புறத்தையும் வகுப்பார்கள் அச்சுதமாகக் கூடாது என்பதொ இவர்.





# ஸ்ரீ சாரதா சக்தி பீடம்



72, காமராஜ் சாலை, பழைய பெருங்களத்தூர்,  
(வழி) தாம்பரம், சென்னை - 63. Tel & Fax: 237 6129.  
E-mail: saseetam@md3.vsnl.net.in, saseetam@hotmail.com  
Please visit our Website at: [www.saseetam.org](http://www.saseetam.org)

## தீபாவளி நல்வாழ்த்துக்கள்

### ஏழை மாணவர்களுக்கு உதவுங்கள்

சென்புலாயர்! வணக்கம்

நம் சக்தி பீடத்தின் சார்பில் கடந்த 11 ஆண்டுகளாக நடைபெற்று வரும் "ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ண சேவா குருகுலத்தில்" தாய், தந்தையற்ற, திக்கற்ற 120 மாணவர்களும் 30 மாணவிகளும் தங்கி படித்து வருகின்றனர்.

நாள்தோறும் இறைவழிபாடு, கூட்டு பிரார்த்தனை, பகவத்கதை பாடியணம் ஆகியவைகளுடன், நல்ல கல்வி, காலை, மாலை உதற்பயிற்சி ஆகியவைகள் அளிப்பதன் உணவு உடை, தங்குபடும் ஆகியவைகளும் இலவசமாக வழங்கப்பட்டு நல்ல முறையில் வளர்ந்து வருகிறார்கள்.

மேலும் பகவான் ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ணர், கவாயி விவேகானந்தர் ஆகியோர்களின் உயர்ந்த ஸ்திபாய்கள் போதிக்கப்படுவதன், சமுதாய சேவை பயிற்சியும் அளிக்கப்படுகிறது.

இக்குருகுலத்தின் பராமரிப்பு செலவு முழுவதும் நன்கொடைபாளர்கள் அளிக்கும் உதவிகள் மூலம் மட்டுமே நடைபெற்று வருகிறது. ஆகவே, நாங்கள் இப்பணியும் பணிக்கு தங்களால் இயன்ற உதவியைச் செய்யும்படி பணிவன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

|                                                                 |     |            |
|-----------------------------------------------------------------|-----|------------|
| ● காலை சிற்றுண்டி (150 பேருக்கு)                                | ரூ. | 1,000/-    |
| ● மதிய உணவு                                                     | ரூ. | 2,000/-    |
| ● இரவு சிற்றுண்டி                                               | ரூ. | 1,000/-    |
| ● இனிப்பு மற்றும் பாய் வழங்குதல்                                | ரூ. | 1,000/-    |
| ● ஒரு மாணவனுக்கு ஓராண்டிற்கு கல்வி உதவித் தொகை                  | ரூ. | 1,000/-    |
| ● ஒரு மாணவனுக்கு பராமரிப்பு செலவு ஓராண்டிற்கு (உணவு உடை, கல்வி) | ரூ. | 12,000/-   |
| ● குருகுலத்தின் ஒரு மாதத்திற்கான பராமரிப்பு செலவு               | ரூ. | 2,00,000/- |

மேலும் தங்களின் பிறந்த நாள், திருமண நாள், குழந்தைகளின் பிறந்த நாள், தெய்விய / விசைமரம் தொடங்கிய நாள், மற்றும் இது பண்டிகை நாட்களான தீபாவளி, பொங்கல், கிறிஸ்துமஸ், புத்தான் போன்றவைகளில் மாணவர்களுக்கு சிறப்பு விருந்து ஒன்றை அளித்து அவர்களுடன் மகிழ்ச்சியை பகிர்ந்து கொள்ளலாம்.

நாங்கள் அளிக்கும் தொகை எவ்வளவு சிறியதாக இருந்தாலும் அன்புடன் ஏற்றுக்கொள்கிறோம். தங்கள் நன்கொடைகளை "ஸ்ரீ சாரதா சக்தி பீடம்" என்ற பெயருக்கு Cheque/DD/MO மூலம் அனுப்பி வைக்கும்படி பணிவன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

நன்கொடைகளுக்கு 80G பிரிவின்படி வருமானவரி விலக்கு உண்டு.

இறைவன் தொண்டன்  
கவாயி ஸ்ரீ ஸர்வாத்மாசுந்தார்

# காலவலி ஆகும் கிவெவெவ நிமிர்ச்சி..

'சையாடிகா' நோய் பற்றியும் அதற்கான ஆசனப் பயிற்சிகளையும் விளக்குகிறார் சுவாமியி சத்யவிரதானந்த ஸர்வதரி

'சையாடிகா' என்று அழைக்கப்படும் ஒரு வகை காலவலி இன்று பலரிடையே பரவமாகக் காணப்படுகிறது. காலில் தொடைப்பகுதியின் பின்புறத்தில் மேலிருந்து தொடங்கி பாதம் வரை, 'சயாடிகா' என்ற நரம்பு உள்ளது. அந்த நரம்பின் அநேக இடத்தில் தொடையின் பின்புறத்திலிருந்து பாதம் வரை ஒட்டும் வலியே 'சையாடிகா' என்றழைக்கப்படும் நோய். இந்த நரம்பு முறுத்தல்களால் கீழ்பாக்கத்திலிருந்து தொடங்குகிறது.

இந்த நோய் பெண்மனை, குழிப்பாக வயதான பெண்மனைகளில் அதிகம் தாக்குகிறது. இந்த நோய் ஏற்பட்டுள்ளதை எப்படி அறியுபிடிப்பது? பொதுவாகவே காலில் பின்புறப் பகுதியில் வலி என்று கூறுபவர்களை கீழே படுக்கச் செய்து, அவர்களைக் காலி கட்டை விரலைப் பிடித்துக் காலை தூக்கினால் வலி தொடையில் இருந்து வேகமாக பரவி வரும். இதுவே இந் நோய் ஏற்பட்டிருப்பதற்கான அறிகுறி. இந் நோய் ஏற்பட பல காரணங்கள் உள்ளன.

- அதிக நேரம் நின்று கொண்டே வேலை செய்வது.
- சரியான முறையில் கால்களை தடையில் ஊன்றி நிற்காமல் இருப்பது.
- போதிய அளவு உடற்பயிற்சி இல்லாமலிருப்பது.

## 1. கால்களை நீட்டி அமரவும்.

வலது காலை மடக்கி குதிகாலை வலது புட்டத்தில் அடியிலும், இடதுகாலை மடக்கி இடது புட்டத்தில் அடியிலும் வைத்து முட்டி களை சேர்த்து வைத்துக் கொள்ளவும். இரண்டு நிமிடங்கள் இந்த நிலையில் அமர்வதால் 'சையாடிகா' நரம்பு நீட்டப்பட்டு இரத்த ஓட்டம் சீரடைபும். இவ்வாறு அமரும் போது குதிகாலை கீழ்ப்பகுதி வலித்தால், ஒரு சிறிய தலை உலையை அடியில் வைத்துக் கொள்ளவும்.

## 2. கிவெவெவ நிலை :

இந்த ஆசனத்தை பர்வதாசனம் என்றும் கூறலாம். நின்ற நிலையில் மூச்சை உள்ளி மூத்து மூடிபுறம் குவித்து படத்தில் உள்ள நிலைக்கு வரவும். கைகள் தரையில் ஊன்றியிருக்க வேண்டும். குதிகால்களை தரையிலிருந்து தூக்கக் கூடாது. சாதாரணமாக மூச்சு விட்டபடி முடிந்த அளவிற்கு தலைவை உட்புறம்



• கிவெவெவ நிலை

கொண்டு வரவும். முப்பது எண்ணிக்கை அளவிற்கு இந்த நிலையில் இருந்து விட்டு நேரே நிமிர்ந்து நிற்கவும். இப் பயிற்சி 'சையாடிகா' நரம்பை நீட்ட உதவுகிறது.

## 3. கால்களுக்கான பயிற்சி - முதுக வளை

தரையில் மல்லாந்து படுத்துக் கொள்ளவும். கைகளை தளவக்கு அடியில் விரல்களை சேர்த்து வைத்துக் கொள்ளவும். வலது கால் பாதத்தைத் தூக்கி இடது காலின் கட்டை விரலுக்கும், அதற்கு அடுத்து உள்ள விரலுக்கும் இடையே வைக்கவும். உடலை இடது பக்கமாக வளைத்துத் திருப்பவும். தலைவை வலது புறமாகத் திருப்பவும். இந் நிலையில் முப்பது எண்ணிக்கை அளவு நேரம் இருந்த பிறகு சாதாரண நிலைக்கு

\* சரியான வேளையில் சாப்பிடாமல் பட்டினி சிடப்பது.

\* கொழுப்புச் சத்துள்ள உணவை அதிகம் சாப்பிடுவது.

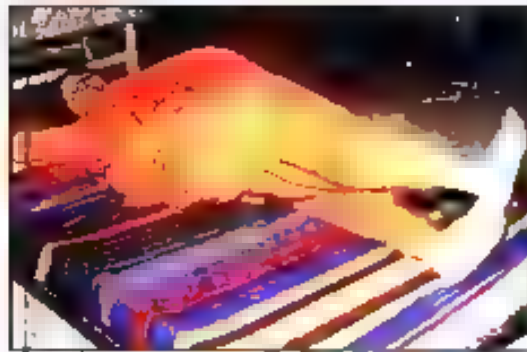
\* உடலில் உஷ்ணத்தை அதிகரிக்கும் வகை உணவுகளை சாப்பிடுவது.

(என்னுடைய பாட்டி உபவசம் எனப் பட்டினி சிடந்த பிறகு காய்ச்சி எதுவும் சேர்த்துக் கொள்ளாமல் வெறும் சப்பாத்தியை சாப்பிடுவார். இப்போது உடல் உஷ்ணத்தை அதிகரிக்கும் சப்பாத்தியை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிட்டதால் 'சபாஷா' நோயால் பெரிதும் அவதிப்பட்டார்.)

இதுபோல பல காரணங்களால் 'சபாஷா' நாய்வு பாதிக்கப்பட்டு தளர்வடைந்து பொறுக்க முடியாத வலியை ஏற்படுத்தும். இதனை தாங்க முடியாததால் ஒரு காலகத் தூக்கி மற்றொரு கால் மேல் வைத்துக் கொண்டு நிற்பார்கள். இத் தோலினிக்குத் தவிரவிருந்து நிவாரணம் பெற வேகமாகப் பயிற்சிகளும், சில உடற்பயிற்சிகளும் செய்வது நல்லது. ஆணைகளில் மூத்தைய இடங்களில் வினக்கி வந்த சைபாசனம், உஷ்டராசனம், ஹலாசனம், பவன முக்தாசனம், பத்மாசனம் ஆகியவற்றைச் செய்வது நல்லது. அதோடு மேலும் சில ஆசனங்களைப் பற்றியும் பார்ப்போம்.



**விளக்குகிறார் :**  
**சுவாமினி**  
**சத்யவிரதானந்த**  
**சுஸ்வதி**



\* கால்சுருக்கமான பயிற்சி மூலம் வகை



\* கால்சுருக்கமான பயிற்சி இரண்டாம் வகை

வரவும் அடுத்ததாக இடது கால் பாதத்தைத் தூக்கி இதே போல் வலது காலின் கட்டை விரலுக்கும் அடுத்து அடுத்து உள்ள விரலுக்கும் இடைபடி வைத்து உடலை வலது பக்கமாகவும் தலையை இடது பக்கமாகவும் திருப்பவும். சாதாரணமாக மூச்சு விட்டபடி, முப்பது எண்ணிக்கை அளவு நேரம் இருக்கவும்.

#### 4. கால்சுருக்கமான பயிற்சி (இரண்டாவது வகை)

மலவரந்து படுித்துக் கொண்டாலும் கைகளை தலையடியில் வைத்துக் கொண்டு விரல்களை கோர்த்துக் கொள்ளவும். கால்களை மடக்கி வயிற்றை நோக்கி இழுக்கவும். பிறகு இடது காலை தூக்கி வலது கால் மேல் வைக்கவும் அப்போது இடது கால் அருகிலே வலது காலின் முட்டியப் பகுதியின் மேல் இருக்க வேண்டும். உடலை இடதுபுறமும், தலையை வலது புறமும் திருப்பி சாதாரணமாக மூச்சு விட்டபடி, முப்பது எண்ணிக்கை

பளவு நேரம் இருக்கவும். பிறகு சாதாரண நிலைக்கு வரவும். மறுபடி வலது காலை தூக்கி இடது காலின் மேல், மேலே கூறியபடி வைத்து பயிற்சி செய்வவும்.

இத்தப் பயிற்சிகளால் 'சபாஷா' நாய்வு நன்றாக நீட்டப்படுகிறது. இரத்த ஓட்டம் சீரடையும். வலி அதிகமாக இருக்கும் போது ஆசனங்களையோ, பயிற்சிகளையோ செய்யக் கூடாது.

படங்கள் : ஜி. சுரேஷ்

Dharmartha Kama-Mokshanam Arogyamoolam-uthamam

# Sri JayaGuru Oushadhalaya

Preserving the herbal heritage

Do you suffer from any of the following?

*Spondylitis, Arthritis, Rheumatism, Obesity, Under developed Breasts, Paralysis, Prolapsed Uterus, Blood Pressure, Muscular Ailments, Heat/Cold Body, Poor eyesight, Work-stress, Anxiety, Joint Pains, Fatigue, etc.*

புரண ஆரோக்கியத்திற்கு வேதம் காட்டும் வழி!

Here's a chance to balance your body & mind!

**ABHYANGAM (GENERAL BODY MASSAGE) TO EASE YOUR STRESS  
& PANCHAKARMA THERAPIES**

(shirodhara, swedhanam, virechanam, vamanam & vasti)

**BY SKILLED EXPERTS FROM KERALA**

Lady Masseurs To Treat Ladies! Renowned Doctors To Advise You!

Kindly fix appointment for General Body Massage Timing: 7 am to 8 pm

**House visits undertaken for Ladies only**

General Ayurvedic consultation between 5.30pm & 8.30 pm (except Sunday)

No. 12 (New No. 23), Damodaran Street, T-Nagar, Chennai - 17

Ph: 4359921/4314283/4314284 Mobile: 98410 14117 E-mail: jgo@herbalmassage.com

## எஸ். ஜி

## கூட்டுப் பேருங்காயம்

உங்கள் உணவில் சித்தனடி சேர்த்ததும் தனிச்சுவையை உணர்வி!  
மூலி சர்க்கரை உடனடி, ஜூக்கிரைத்!



லால்ஜி கோது & கம்பெனி  
செனகாப்பேட்டை, சென்னை - 600 078.

RAE:5135



பரிக என்ற  
வார்த்தையைக்  
கேட்டாலே  
எய்வோர்  
முகத்திலும் ஒரு  
உற்சாகம்,  
சத்தோஷம்,  
எதிர்பார்ப்பு.  
நமக்கே அவ்வாறு  
இருக்கும்போது  
குழந்தைகளுக்குக்  
கேட்கவே  
வேண்டாம்.  
பரிகளை வைத்தே  
அவர்களுக்கு 'கார்  
அங்கிள்' 'பிளேஸ்  
சித்தப்பா' என்று பட்டப் பெயர் வைத்து  
விடுவார்கள். நாம் எந்த ஒரு முடியோ,  
குழந்தையிலோ  
இருக்காது



சாக்ஸெட் உண்டு.  
ஒருமுறை தாத்தா,  
பாட்டி, 13 நூலைக்கு  
யாத்திரை  
புறப்பட்டார்கள்.  
வரும் போது கார்  
அல்லது பஸ் வாய்வி  
டர வேண்டும் என  
மகன்  
கட்டளைவிட்டான்.  
அவர்களும்  
யாத்திரை முடிந்து  
வந்தார்கள். வந்த  
அந்த நிமிடமே பஸ்,  
கார் என ஆரம்பித்து  
விட்டான். அவர்கள்

சென்ற கோயில்களில் அதுபோல  
கடைகள் ஒன்றும் இல்லாததால், அவர்கள்  
ஒன்றும்வாங்கி வரவில்லை. அவர்கள்  
விழிக்க ஆரம்பித்து விட்டார்கள். இதை  
எதிர்பார்த்த நான், இரண்டு நாள் முன்பே

பரிகை  
இவ்வாறு

பரிகை  
இவ்வாறு

பரிகைகள் நம்மை நிக்ஷம் சத்தோஷத்தில்  
ஆழ்த்தும்.

என் சிறிய அடையறுக்கு நானு வயதாக  
இருக்கும் போது எப்பொழுதும் கார்  
வைத்து  
விளையாடுவான்.  
கார் வைத்தியம்  
என்றே கூறலாம்.  
நான் என்னுடைய  
அப்பா  
அம்மாவோடு  
வசித்து வருவதால்,  
தாத்தா, பாட்டி  
செல்லம் வேறு.  
தாத்தா வெளியே  
செல்லும்  
போதெல்லாம்



13 ரூபாயில் ஒரு சின்ன கார் வாய்வி  
வைத்திருந்தேன். அதை அவர்கள் எப்போதும்  
வைத்து எடுத்துக் கொடுக்கத்  
தொன்னேன் அவனுக்கோ இந்த  
உலகத்தையே எப்போதும் கொடுத்த  
சத்தோஷம்.

பரிகையைப் பொறுத்தவரை என்றுமே  
அதன் விலை ஒரு  
முக்கியமே இல்லலை.  
அதனால்  
கொடுக்கும் நேரமும்,  
விதமும்தான்  
ரொம்ப முக்கியம்.  
300 ரூபாயில் ஒரு  
பிளேஸ் வாய்வி  
கொடுத்தாலும் இதே  
சத்தோஷம்தான்  
அந்தக் குழந்தை  
அந்த நேரம்  
அடைக்கும்.

# மனதை பறிகொடுங்கள் - விஜய் டிவி-லீடம்!

உங்கள் உள்ளங்களையும் இல்லங்க-  
ளையும் கொள்ளை கொள்ள விஜய் டிவி  
தயாராகி விட்டது. தொடர்களிலிருந்து  
திரைப்படங்கள் வரை; கவுண்டவுன்கள்  
முதல் அன்றாட நுட்புகள் வரை...  
அனைத்துமே வழங்கப் போகிறது  
விஜய் டிவி!

## பஞ்சுக்கள்

திங்கள்-வியாழன் 9.00 pm

முதல் முறையாக ஒரு அன்றாட  
தொடரில் தோன்றுகிறார் சூப்பர்,  
மருமகனாக!

ஒரு நல்ல மருமகனாக உங்கள் வீட்டில்  
வலது கானை எடுத்து வைத்து வருவார்,  
இந்த உள்ளத்தை உருக்கும் குடும்பத்  
தொடரில். முன்னாள் கதாநாயகி மஞ்சளா  
சூப்பர்வின் மாயியாராகத் தோன்றுகிறார்.



மனதை பறிகொடுங்கள்

## கதை கதையாம் காரணமாம்...

திங்கள்-வியாழன் 8.30 pm



நட்சத்திர அணிவகுப்பை  
வரவேற்கத் தயாராக இருங்கள்.

சிவசங்கரி, கஜாதா, பாலகுமாரன்  
போன்ற புகழ்பெற்ற தமிழ் எழுத்தாளர்-  
களின் கதைகள் கொண்ட பிளி - தொடர்,  
ஒவ்வொரு கதையிலும் ஷோபனா,  
அர்க்கனா, கஸ்தூரி, போன்ற தலை  
சிறந்த கதாநாயகிகளில் ஒருவர் பங்கு  
பெறுவார்.

மணிலங்காள்-செந்திம் நடிகரும்

# தூவாட்டா கவுண்டவுன்

வெள்ளிதோறும் 8.30 pm  
ஞாயிறுதோறும் 9.30 am

விஜய் டிவி-யில்  
சிரிப்பு புயல்!!!

முதல் ழாறுபாக தொலைக் காட்சியில்  
இந்த நகைச்சுவை மன்னர்கள் ஒன்று  
சேர, மிகக்கிறவு சிரிப்புப் புயல்!  
கவாட்டா கவுண்டவுன்; உங்களை  
வலிது குழைக்க சிரிக்க வைக்கும் திகழ்ச்சி

தூின்னும் எத்தனையோ  
காரணங்கள் உண்டு,  
விஜய் டிவி-யிலும் உங்கள்  
வனாதை பறிவெளிக்க!

## உங்கள் விஜய் டிவி-யில்

பொம்மைகள்

பயணம்

விஜய் செய்திகள்

கால்யாஞ்சலி

குடும்பம் ஒரு கோயில்

அக்னி சாட்சி

ஓம் நமச்சிவாய

கிரேசி டைம்ஸ்

முன்றாம் பார்வை

அபூர்வ ராகங்கள்

திங்கள் - வெள்ளி 11.30 am

திங்கள் - வெள்ளி 12.00 pm

திங்கள் - வெள்ளி 7.30 pm

சனி - ஞாயிறு 8.30 pm

திங்கள் - வெள்ளி 8.00 pm

திங்கள் - வெள்ளி 9.30 pm

திங்கள் - வெள்ளி 10.00 pm

திங்கள் - வெள்ளி 10.30 pm

ஞாயிறுதோறும் 9.00 am

ஞாயிறுதோறும் 10.30 am

ஞாயிறுதோறும் 11.00 am





# GOA

**A PARADISE ON EARTH**

*Poster with Article*

## ANT ANTICS

**IN THE WILD**

## OSKWANGA

**SHORT STORY**

## THE CUCHI TUNNELS

**OF VIETNAM**

**NOVEMBER 2001**

**Rs.6/- ONLY**

# GOKULAM

*The monthly magazine for children*

47, Jawaharal Nehru Road,  
Ekkaduthangal, Chennai - 600 097

202 Supplement to Mangayar Malar November 2001

தம் சூழ்நிலைகளின் தனிப்பார்க்குக்குப் பிறகு தான் எங்கிற்போது ஒரு சிறு பேனாவோ, அல்லது புதிர்ப் புத்தகமோ கொடுக்க வழக்கம் ஏற்படுத்த வேண்டும். அப்போதுதான் அவர்களுக்குக் கொடுக்கும் வழக்கம் வரும்.

பல மாதங்களுக்குப் பிறகு தான் வயதானவர்களைப் பார்க்கப் போகும் போது ஒரு சிறு பரிசோடு பார்த்தோமேலானால் நிச்சயம் அவர்கள் கண்ணில் ஆனந்தக் கண்ணீர் வரும். அவர்கள் பார்க்காத சாமான்கள் இல்லை. இருந்தாலும் இந்த வயதில் தனக்கென்று அவர்களுக்கு ஒன்றும் வாங்கத் தோன்றாது. 'வயசான காலத்தில் எதற்கு இது' என வாங்காமலேயே இருந்து விடுவார்கள். தங்கள் கொடுக்கும் பொருள் ஒரு சிறு சால்வையாக இருந்தாலும் உங்கள் பெயரைச் சொல்லிக் கொண்டும், பத்திரமாகவும் பாதுகாத்து, நினைவும் ஒருமுறை அதனை எடுத்துப் பார்த்துக் கொண்டும் இருப்பார்கள்.

பொதுவாக ஆண்களுக்குப் பரிசு வாங்கும் போது சாட்டும், பெண்களுக்குப் புடவைவயங்கும் ஒரு பொதுத் தேர்வு. பரிசு கொடுக்கும் போது சில பேர்கள், 'அவனிடம் இல்லாத சாட்டா!' 'இவனிடம் இல்லாத புடவையா!' என்று கேட்டு விட்டு, அதை அப்படியே விட்டு விடுவார்கள். ஏன் உங்களுக்கு ஒருவர் சாட் கொடுத்தால் எத்தொஷப்பட மாட்டார்கள்? அல்லது ஒரு புடவையை வேண்டாம் எனச் சொல்லி விடுவீர்களா? இல்லாத பொருளைத்தான் பரிசாகக் கொடுக்க வேண்டும் என்பது இல்லை. ஏதோ ஒரு பொருளை காலம் அந்திது அப்போடு கொடுப்பதே சிறந்த பரிசாகும். எவ்வளவோ முறிவுகள் பரிசுகளால் மீண்டும் சேர்த்து எத்தொஷம் அடைந்திருக்கின்றன.

அதையும் இதப்போல பண்டுகளைக் காலங்களில் பரிசுப் பரிமாற்றம் மிகுந்த மகிழ்ச்சியைத் தரும் பிறர் அடைதல் எத்தொஷம்தான் உண்மையான எத்தொஷம் என்று அதனை அனுபவித்து உணர்ந்தவர்களுக்கே தெரியும்.

— உஷா கிருஷ்ணமூர்த்தி



**மததீப அமைச்சர்**  
கஷ்மா ம்வராஜ் கபாலம்,  
பழக்க வழக்கங்களில்  
பாரம்பரிய இத்தியப்  
பெண் குலத்தின் பிரதிநிதி  
யாகவே விளங்குவது  
தெரித்ததே. பெய்வாரியில்  
தேர்தல் பிரச்சாரத்தின்  
போது அவர் நிறுவன கூ  
லிசைம் அடைய, மூத்த  
டாக்டர் ஸ்ரீவிவாசமூர்த்தி  
சிகிச்சையளித்தார்.

மறுதான் சந்தாடத்தில்  
மற்றா வரலக்ஷி பூனா  
மிகவும் விசேஷம் என்று  
அறித்து டாக்டரின்  
மனைவி சாத்தா அம்மை  
யாரிடம் அவர்களுடைய  
லீட்டில் பூனாவில் கலந்து  
கொள்ளலாமா என்று  
கேட்டார். அவர்கள்  
மகிழ்ச்சியுடன் சம்  
மதித்தனர். அவர்  
கூறடைய அன்  
பால் தெரிந்த  
அவர் பிரச்  
சாரம் முடி  
யும் வரை  
அவர்கள்

லீட்டியே தங்கவும் அனுமதி கேட்டுப் பெற்றார்.

பகலு முழுவதும் அங்கு பறக்கும் அரசியல் பிரச்சாரத்தில்  
செய்யும் களைத்து விடு திரும்பும் அவர் டாக்டரிடம் மருத்து  
வத்துவரின் மிக தவிர முன்னேற்றங்கள் பற்றி ஆர்விலுத்தி  
றும், அவர்கள் மருமகன் வித்யா பூனாவிடம் (சங்கீத வித்யா) அக்  
கையைவிட நுட்பங்கள் பற்றி சம்பந்திருத்ததும், சாத்தா  
அம்மாவிடம் தென்னாட்டுத் தாய்கள பூனாக்கிரமங்கள் பற்றி  
கண்ணாட்டிலும் உரையாடி திறை விஷயங்களைத் தெரிந்து  
கொண்டார். டாக்டரை அய்யா என்றும், அவருடைய மனை  
வியை அம்மா என்றும் அழைத்துடன் அவைத் தன் இரன்  
டாவது பிறந்த விடு என்றும் குறிப்பிட்டார்.

இன்றைய அரசியல்வாதிகளை நினைத்தால் இவருடையவராம்  
தேர்தல் கால 'மடண்ட்' என்று கூட நாம் எண்ணக்கூடும்.  
ஆனால் அடுத்த ஆண்டு அதே வரலக்ஷி பூனாவுக்கு சில  
நினைவுகள் முன்பாக, "இந்த வருடமும் என வளர்ப்புத் தாய்  
லீட்டுக்கு தான் வரலாமா" என்று கேட்டு பெய்வாரியிலிருந்து  
வந்து சித்தலாபுடன் எவ்வா சடங்குகளிலும் கலந்து கொண்  
டார் தற்போது மீண்டும் அமைச்சராகி பரபரப்பாக இயங்கிக்



கொண்டிருக்கிறபோதும் பத்திரிகைகளில் அறிவிப்போ, விளம்  
பரமோ இலகாமல் மூன்றாவது, முன்றல்களும் வந்து பங்  
கேற்று சாத்தா அம்மாவின் கருவிகளால் புதிய சேவையை  
யும் பிரசாதங்களையும் பெற்றுக் கொண்டார்.

மூன்று ஆண்டுகளில் அவருடைய அரசியல்  
வாழ்க்கையில் பல ஏற்றதாழ்வுகள். "ஆனால் கஷ்மா  
என்ற பெண்மணியை நான் முழுவதும் அருகி  
லிருந்து பார்த்ததில் அவருடைய இயல்பான  
இனிய கபாலம், ஆன்மீக ஈடுபாடு, தம் கலாச்  
சாரத்தில் கணிச பழக்க வழக்கம் மூன்று  
நிலைகளிலும் ஈடுகளை எந்த மாறுதலை  
யும் காண முடியவில்லை" என்பதொருவர்  
டாக்டர் குறிப்பத்தினர்.

— அ. சண்முகசுந்தரம்  
என்றி "திரித"  
பெங்களூர் பதிப்பு

**கஷ்மாவின்  
இரண்டாவது  
பிறந்த வீடு!**

# வேறுள்ள

## கேட்கிறேன்?

சுபகரும உமாவும் கிணம்பிப்  
பொனதும் விடு அளமதிபாளது.  
இத்த வகுடம் சங்கருகரு தளலி  
தீபாவளி உமாவின அம்மாவும்,  
அப்பாவும் போன வாரம் சம்பிர  
தாயமாக அளமுதது மிடடுச்  
சென்றனா. தீபாவளிக்கு இன்னும்  
இரண்டு தாளிறதகைகலில் இன்று  
கிணம்பிப் போகிறார்கள்.

போன வகுடம் கறாவுக்கு  
தளலி தீபாவளி பொலவன்ன  
மிகைததும் வந்திருந்தனா மிக  
சென்றிணையாகப் போனது. அந்த  
தீபாவளி பொற்ற விளக்கள்கள்  
களை எதிரிசு இருந்து சந்திரகப  
படுமபோது வளவா நன்னம் வள்ள  
முக்கதான வளவாப் பட்டினை  
வும் உறகாவதான.

இத்த வகுடம் தீபா  
வளிக்கு யாருமே  
இல்லை பொலிய  
வாழும் கறா



வும் சொன்னையில் இருந்தாலும் அவரவர்களுக்கு அவரவர் கூடு என்று தனிபே தபாவணி.

தாங்கள் இருவரும் இந்த விட்டும் தனிபே இருந்து கொண்டு, என்ன தபாவணி யேண்டி யிருக்கு?

"என்னங்க..."

என்ன என்பது சொல் தெப்பிரிந்து தபாவணி திரிந்து என்னைப் பார்த்தார்.

"நாம இரண்டு பேர் தனிபாதித்து என்ன சொல்லப் போறோம்? லாங்க நாம தெட்டாங்க சொக லாம். பிள்ளைங்க கூட சொல் தங்கிட்டு தபாவணி முடித்ததும் வரலாம்."

"ஏன் இங்கேயிருந்து தபாவணி சொக டாட் தெருளு...?"

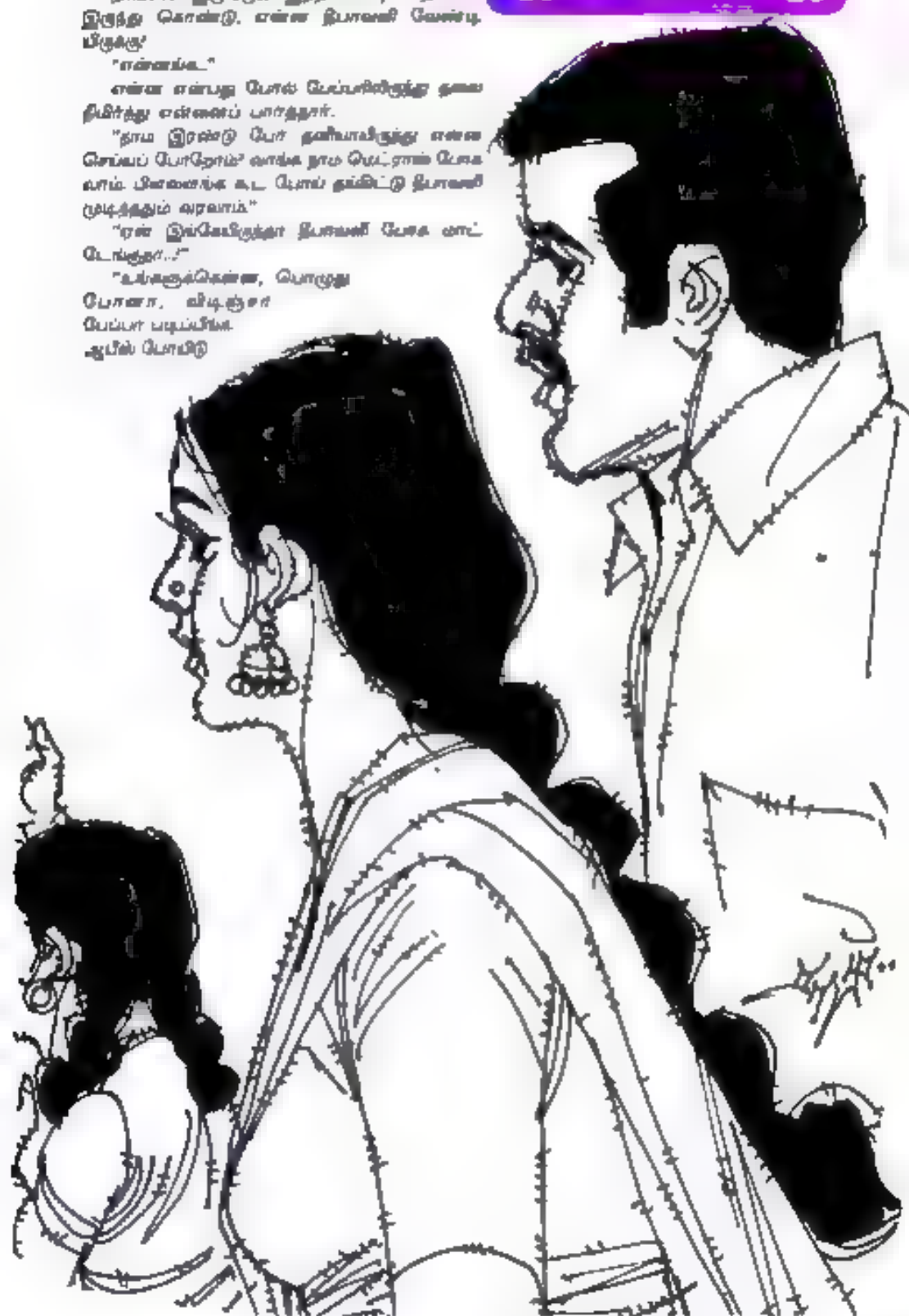
"உங்களுக்கென்ன, பொருது

பொனா, விடிஞ்சா

தெப்பா படிப்பிங்க.

ஆயிஸ் பொயிடு

ஜூலியட் ராஜ்





ஸ்ரீ கற்பக விநாயகர் தூதன்

# திருமலை டெக்ஸ்

## மதுரை சுந்தரம் சாரீஸ்

எங்களிடம்

மதுரை சங்குபு  
தேவேந்திரா  
பாலிகாட்டன்  
செட்டிநாடு சாரீஸ்  
வெங்கடகிரி  
நெகமம் காட்டன்  
பெங்கால் காட்டன்  
கலிஸ் காட்டன்  
கரிஸ்மா வாயல்  
தாரிகா வாயல்  
பத்திக் சாரீஸ்  
பத்திக் சுபதூர்  
பாலிகாட்டன் சுபதூர்  
மற்றும் 9x5, 10x6 வேஷ்டிகள்,  
9 கெஜம் சேலைகள்,  
பிளவுஸ் அணைத்து புதிய  
பேன்சி சேலைகள் கிடைக்கும்

ரூ. 50/- சேலை சேமிப்பு  
திட்டத்தில் சேர்ந்து பயன்  
பெறுவீர்

No. 80 G.N. ராட்டி ரோடு,  
ஸ்ரீ ராமவேந்திர கோவில் அருகில்,  
பி.நகர் - சென்னை - 17

வூன்: 8212452

H.O: சின்னராட்டி, 0451 - 452723

Credit cards accepted

குடியிருக்கக்கூடாது

விங்க. எனக்குத் தனியாயிருக்க பிடிக்கலை. தானும் கிழமைபுமா மெட்ராஸ் போனா பேரன், பேத்துபோடு திம்மதிலா இருந்துட்டு வரலாம்."

பதில் பேசாமல் பேப்பரை மடித்து வைத் தூா.

"மகியில் தொடர் தாடகத்தை சிறுத்திட் டாங்கனா?"

"ஏன்?"

"அழிவ தேரம் போதாதே. தனியாயிருக்க பிடிக்கலென்னு சொல்றியே..." என்றார் சிரிப்போடு.

"ஆமாம் இந்த வக்கணைக்குக் குறைச்ச லிலைவ. சொல்லுங்க மெட்ராஸ் போலாமா?"

பதில் பேசாமல் மெனமம் சாதித்தார். எனக்கு என உணர்வுகளை புறக்கணிப்பதாய்த் தோன்றியது.

"பெசு மட்டெங்கின... எங்க தலைபெழுத்து லும்பது வயதானாலும் ஆம்பிணை முகம் பார்த்து ஏமாற வேண்டியிருக்கு பெத்த பிள்ளை வீட்டுக்குப் போக பர்மிசன கேட்க வேண்டியிருக்கு. மூணு பெத்து என்வ பிர்யோ சனம்? தானும் கிழமைபுமா தனியாகத்தான் விளக்கேத்தணும்னு எழுதியிருக்கு" பொங்கி வத்த கண்ணீரைத் துடைத்துக் கொண்டேன்.

என் வார்த்தை உடைக்காத மொனத்தை, என் கண்ணீர் உடைத்தது.

"எதுக்குடி இப்போ கண்கலங்குது? பெரிசா மூணு பிள்ளை பெத்தாளாம். சின்னவள்தான் தலைதீபாவளிக்கு மாமிவார் வீட்டுக்குப் போறான். பெரியவனுக்கு தெரியுமில்லே. நாம தனியாகத்தான் இருப்போம்னு. வரச் சொல்லி வெட்டா போட்டானா?"

"ஓ அப்படியி் போகுதா புத்தி! ஏன் இப்



தட்டையை என்னெனையில் போடும் முன், துணி வதக்கும் கணியால் சிறு சிறு துளைகள் போட்டு பிறகு எடுத்தால் தட்டை தங்கு வெத்து கரரவென இருப்பதோடு, என்னெனையும் ஒட்டாது.

- சி. கவுதமி.



படித் தப்பா திணைக்கழிங்க! பிரசாத் உருத் தம்ம புள்ள. நம்ம புள்ள வீட்டுக்குப் போற துக்கு களைக்குப் பார்க்கணுமா? இதுக்கு என்ன அவன் வெட்டர் போடறது?"

"இல்லு லலிதா, இத்தனை வருஷம் பின் னைங்கனோடு கொண்டாடிட்டோம். இனி மேல் அதிசு. அதன் வழியப் பார்த்துக்கட்டும். நீயும் தானும் ஒதுங்கிப்போம்."

"ஏன்? நானென்ன பின்னைக்கலில்லாத அனாஸ்தா? முடியாது தாம் மெட்ராஸ் போக வாம். இல்லவண்ணா என் தங்கச்சி வீட்டுக்குப் போகலாம்."

ஒன்றும் பேசாமல் என்னைப் பார்த்தார். என் ஆகை அவருக்குப் புரிந்து போயிற்று. எங்காவது போய், பாரோடாவாவது சேர்ந்து தீபாவளி கொண்டாடுவது என்ற முடிவில் நான் உறுதியாய் நிற்பது புரிந்து போனவராய் மெதுவாகக் கிரித்தார்.

"சொன்னா புரியாது உனக்கு. தானைக்கு பிரசாத் வீட்டுக்குப் போகலாம் காவையில் கிளம்பு."

"வேண்டாங்க. பிரசாத் பொஞ்சாதி வெட்டர் போடாமப் பேணா முகத்தைத் தூக்குவா. பிரசாத் மாநிரியல்ல அலன். முதலவ சுதா வீட்டுக்குப் போவோம். மாய்பின்னை தங்கம்ங்க வேணுமன்னா பருங்கு. அங்கேயே தங்கிடச் சொல்லுவார்."

"ஏன்டி, இப்படி உலகம் புரியாம இருக்கே?"

"பாரு நானா. ஏங்க தங்கக்கென்ன காக பணத்துக்கு பஞ்சமா. இல்ல செலவு செய்ப பின்னையில்லையா? கம்மாவாப் போய் தங்கப் போறோம். கிளம்பி வரும்போது பின்னைங்க கையில் காக கொடுத்துவிட்டு வருதுடுவோம். தான் போய் துணி, எல்லாம் ரெடி. பணவளி வைக்கிறேன்."

இன்றே தீபாவளி வந்து விட்டதாய் எத்தோஷப்பட்டோம்.

**தா**ம்பரத்தில் இறங்கியதும் பூ, பழம், என்ட் என்று நிறைய வாங்கிக் கொண்டோம். உதாவுக்கு ஒன்பது மாத கைக் குழந்தை. அவருக்கும் தல்லதாய் இரண்டு கடின வாங்கிக் கொண்டு ஆட்டோ பிடித்தோம்.

"ஏங்க, சுதா அங்கேயே தங்கக் சொல் விட்டா, தீபாவளி முடிஞ்சு இரண்டு தான் இருந்துட்டு. அப்புறம் பிரசாத் வீட்டுக்குப் போவோம். உடனே காஸ்வ வெந்நீர் கொட் டிக்கிட்ட மாநிரி பறக்காதீங்க."

"வா பேசாம, கம்மா நொய்தொகண்ணு. மனுசனை நிம்மதியாயிருக்க விடு."

இந்த ஆண்களுக்கு மட்டும் கௌரவம் பார்க்கிற குணம் எப்படி வந்தது? தன் பின்னை

# LONDON LASER CLINICS

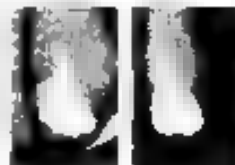


(RESEARCH \* TECHNOLOGY \* HEALTH)

## லண்டன் லேசர் கிளினிக்ஸ்

சென்னையில் முதல் முறையாக பயிற்சி பெற்ற மருத்துவர்களால் இங்கிலாந்து நாட்டின் தொழில் துட்பத்துடன் கூடிய அழி நவீன லேசர் சிகிச்சை மூலம் அழகுக் களையில் பல அரிப சிகிச்சைகளை எளிதான முறையில் பக்க விளைவின்றி அளிக்கப்படுகிறது.

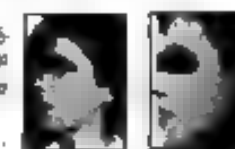
1) Xirac Excimer laser இத்தியலில் முதல் முகந்தர வாக வெண்குட்டம், சொறி போன்ற சரும வியாதிகள் குணமாகுவதற்கு நவீன லேசர் சிகிச்சை மூலம் திர்ந்த நீங்கு.



2) Copper Bromide laser - மங்கு, கருப்புநீக்க, மச்சம், பரு, உடம்பு கோர் சிகிச்சை.

■ LASER PERMANENT REMOVAL OF UNWANTED HAIR - உடலில், முகத்தில் தேவையற்ற முயங்களை திர்ந்தவாக நீக்கு தம்.

4) LASER FACIAL - பரு, பருவிகள் உண் டாகும் தழும்பு, முகச் சருக்கம் நீக்குதம்.



5) உடல் பருமன் குறைப் பதற்கு

6) Non surgical face lift / Breast lift

TREATMENT DONE BY DOCTORS

CONTACT:

## LONDON LASER CLINICS

BASEMENT, SHOP NO. 9, PRINCE PLAZA  
46/47, PANTHEON ROAD, EGMORE,  
CHENNAI - 600 008. Ph: 3414914 / 8517240  
E-mail: info@london-laser.com  
Web: http://www.london-laser.com

CLINICS ALSO AT: LONDON, MALAYSIA, DUBAI, YEMEN,  
DOHA, RIYADH, MUSCAT, ABU DHABI

TREATMENT APPROVED BY LONDON HEALTH AUTHORITIES.

ஒரு கிலோ பச்சரிசியை வேசாக வறுக்கவும், பாசிப் பருப்பு 1 ஆழாக்கு, க. பருப்பு 1 ஆழாக்கு, உ. பருப்பு ½ ஆழாக்கு இவைகளை வாசனை வரும் வரை வறுத்து, அரிசியுடன் சேர்த்து, மிஷினில் நைஸாக அரைத்துச் சலித்து வைத்துக் கொண்டால், என் அல்லது சீரகம் சேர்த்துத் தேன்குழல் செய்தால் துப்பராக இருக்கும். (விவண்ணைய அல்லது டாஸ்டா சேர்ப்பது அவரவர் சௌகரியம்)

- ஆர். பார்வதி



கன வீட்டுக்குப் போவதற்கு ஏன் இத்தனை போசிக்கிறார்... இவர் அந்தட்டன் எனக்கு ஒரு பொருட்டாய்த் தெரியவில்லை

வீட்டு முன் ஆட்டோ நின்றுதும், மாய் பின்னாதுள் வந்து கஷ்டித்தார்.

"வாங்க. கதா. கதா..." என்று அழைத்தார் அவரின் முகமலர்ச்சியான வரவேற்பு எனக்கு சந்தோஷ வெளிச்சம் பாய்ச்சியது போலானது.

"வாங்க மாமா" என்று பெட்டியை வாங்கிக் கொண்டு போனார்.

"வாமமா, வாங்கப்பா" என்றபடியே கதா வெளியே வந்தான்.

இருப்பில் சூழ்ந்தபோது அவன் பின்னால், அவன் மாமியார் வெளியே வந்தார். அட இவங்க இங்க வந்திருக்காங்களா...

"வாங்க எப்படியிருக்கீங்க..."

என் சந்தோஷம் ஒரு கற்று குறைந்து போனது.

"நல்லாயிருக்கோம். என்னம்மா, எப்படியிருக்க? வாடா, உஷாக்குட்டி" என்று சூழ்ந்தையை வாங்கிக் கொண்டேன்.

"எப்படிப்பாயிருக்கீங்க? சிவன் அவ்வளவு மாமியார் வீட்டுக்குப் போயாச்சா..." என்றதும் உள்ளேயிருந்து கதாவின் தாத்தனாரும், அவன் கணவரும் வெளியே வந்தனர்.

"வாங்கததை" என்றான்.

"எப்படியிருக்கேமமா?"

"அவளுக்கு இதுதான் மாசம். அங்கே இரா மத்துல வசதியில்லை. அதான் இங்கே பிரசவம் பார்க்கலாம்னு..." என்றார் கதாவின் மாமியார்.

இரண்டு மாதம் கழித்து தீபாவளி வந்திருக்கலாமோ என்று தோன்றியது.

"என்னம்மா குட்டேஸ் பஸமாயிருக்கு. அன்னன் வீட்டுக்குப் போதீங்களா..." என்றான் கதா சிரித்தபடி.

"ஆமாமமா, பிரசாத் வீட்டுக்குப் போறோம் அப்படியே போற வழியிலே உள்ளனையும் பார்த்துட்டு போகலாம்னு வந்தோம்" என்ற வரை திரிந்து பார்த்தபோது அவர் பார்வை

என்னவத தெற்றியது

கதா மேல் கோபமாய் வந்தது. வந்ததும் வராததுமாய் இதென்ன கேள்வி. அவன் மாமியாருக்கு இருக்கும் உரிமை எனக்கிவையா? இது என் பெண் வீடு இல்லவயா. என்ன பெண் வீடு. பெண்ணே இங்கே இருக்க என்று ஒரு வார்த்தை சொல்லவில்லை உலகக் குட்டிக் கூட அன்னியமாய்த் தோன்றியது. அவன் அததை, பாட்டியிடம் ஒட்டிக் கொண்டு என்னிடம் வராமல் போனது, எனக்குக் கண்டமாயிருந்தது. என்ன இருந்தாலும் கதா வேறு வீட்டுக்குப் போவான். அவனிடம் இதற்கு மேல் எதிர்பார்க்கக் கூடாது என்று தேற்றிக் கொண்டேன். மதியம் சாப்பிட்டு வீட்டு சாயங்காலம் திருவான்மியூர் கிண்பி லோம்.

"அம்மா, தீபாவளி கொண்டாடிட்டு இங்கே வந்துட்டுப் போம்மா. இதானே வழி. வந்தி யாம்மா..."

"முடிஞ்சா வரீறோம்" எவ்வாறு அவர்.

கதா, சந்தோஷமாய் வழியனுப்பினான் என்று தோன்றியது.

வெகு தேரம் நான் என்னவறோடு பேச வில்லை. ஏதாவது குதறிப் பேசி என்ன உகப்பி விடுவார் என்று பயந்தேன்.

"என்ன ஸயோ, திருவான்மியூர் பெ...லாமா... இல்ல, இப்படியே திரும்பி தெய்வேலி போய்விடுவோமா..."

"ஏன்? என் ஸபயனில்லையா.. அவன் இருவனு சொல்லவேண்டாக் கூட. நாம் அங்கேயே தங்கலாம், தங்கு கூரிமையிருக்கு."

"பார்த்தேனே உன் உரிமையை, ஏன் கதா மேல் என்ன தப்பு? ஏற்கெனவே அவை நிறைய விருந்தாமி இருக்கலாக, தமமை எப்படிய தங்கச் சொல்லுவார்?"

"சொன்னா மட்டும் நான் தங்கிடுவேனா. ஆனால் ஒரு பேச்சுக்காவது கதா, இருவர்களு சொன்னனா?" எதுவே அடர்வான் உனக்கு குள் கொடுத்துக் கொண்டிருந்தது. இதுதான் பின்னைப் பாசமோ... பெத்த மனம் பித்துப்





மூன்று பங்கு மைதா, ஒரு பங்கு கடலை மாவு, அரை பங்கு அரிசி மாவுடன் உப்பு, மிளகுத் தூள் சேர்த்து காராபூந்தி செய்து பாருங்களேன். எண்ணெய் குடிக்காது. மிஞ்சுக்குத் தனி எலவ தரும்.

- லி. கவுதரி

பிடித்து அளவையது எனப்பது இதுதான்...

பிரசாத வீடு கடற்கரைக்குப் போகும் வழி வருகிற உள்நாடு. கவர்ன்மெண்ட் ஆபீஸில் ஆபீஸர்கள் வேலை பார்க்கிறான். பெரிய பங்காளன் வீடு. சிறுவருமென்று கடல் காத்து. அமைதியான இடம்.

ஆட்டோ சத்தம் கேட்டு மருமகன் எட்டிப் பார்த்தான். பின்னாலேயே பிரசாத் வந்து மூலம் மலர் கரவேற்றான்.

"எப்படியிருக்கிறது" உடம்பு பரவாயில்லையா..."

என்னெப் பற்றி பிரத்தியேகமாக வலிசாறிக் கவும் சத்தோசம் தொற்றிக் கொண்டது இது என் னப்பயன். இவன் என் மருமகன் இது என் வீடு.

"எங்கப்பா பிண்ணங்க!" என்பதற்குள் மாயவிலிருந்து ரவியும், மீனாவும் ஓடி வந்தனர்.

"பாட்டி, எப்போ வந்தீங்க..." என்று வட்டிக் கொண்டதும், தீபாவளி இன்றே வந்தது போல சத்தோசம் தொற்றிக் கொண்டது.

"டிபன் சாப்பிடுவதற்குத் தாப்பி எடுத்துக் கொங்க..." என்று மருமகன் புண்ணைப்போடு உபசரித்தான். மூஞ்சை லூக்கி வைத்துக் கொள்வான் என்று திணைத்தவன் தவறாக கவனித்தான்.

"தாத்தா, நாங்க ஓலன்களுக்குக் காவலியிப் பெங்களூர் போறோமே..."

"ஏம்மா, நாளை மறுநாள் தீபாவளி. அப்பறம் எதுக்கு உங்களுக்குப் போதீங்க? எண்டா, பிரசாத் எதுக்கு பெங்களூர்?" என் உற்சாகம் வடிந்து போனது.

"ஆமாம்மா, என்னோட பிரசாட் கொள்கலில்லையா... அவன் குடும்பத்தோடு வெளி

தாடு போய் செட்டிலாக தீபாவளி மறுநாள் போதான். அதான் அவனோடு வந்து தங்குமாறு ரோம்பக் கேட்டுக்கிட்டான். அதான் தானைவது விரென்று சொன்னேன். தீபாவளி மறுநாள் வழியனுப்பி விட்டு வந்துடுவோம்மா. தீபம் அப்பாவும் இங்கேயே இருங்க விட்டாடப் பூட்டிட்டு போகணும்னு பறந்தேன். உங்களைப் பார்த்ததும் அதைக் கவலை விட்டுது என் னப்பா, ஒன்றும் அவசரமில்லையே... இங்கேயே தங்கிட்டுப் போகலாமில்லையா..."

எனக்குச் சட்டென்று கோபம் வந்தது. தாங்க என்ன விட்டுக்குக் காலவா? நாங்க வகுமோம் என்று திணைத்தா பெங்களூர் போகப் பிணை போட்டான்.

"இல்லை, பிரசாத் தாங்க நாளைக் காவலிய புறப்பட்டு போகணும். தீ வேற பாளையவது ஏற்பாடு செய்துக்கோ" எனறேன் சட்டென்று இல்வையென்றால் அவர் அதுக் கெண்டா தான் தாய் வேஷம் போட்டுள்ளது கொல்லிடுவார்.

"ஏன்மா, தனிப்பாசிருக்கணும்னு பீல் பண்ணியா? சரிப்போ, தான் பார்த்துக்கிறேன்."

"அத்தை எங்க மேல் கோபமா?"

"அப்படியில்லம்மா உன் அத்தைவயப் பற்றி தெரியுமே... நல்ல தாகும் அதுவுமா விட்டாட இருட்டாப் போடணும் என்று யோசிப்பா தீங்க போலிட்டு வாங்க. நாங்க காவலிய போறோம் என்ன பிரசாத் ரெகன் எத்த தாடு போறான்?" பேச்சை யோண்டு மென்றே திணை திருப்பினார்.

பிரசாததும் என்னை மிண்டும் வற்புறுத்த வில்லை வேறும் சம்பிரதாயமாச் சொன்னான் போலும் இல்வையென்றால் திரும்பச் சொல்ல மாட்டானா... சே... என்ன பிண்ணங்க... பெற்றவர்களை பொருட்டாய் மதிக்காமல் தான், நன் கடிம என்று...

வீடு தேடி வந்தால் கூடப் புரிந்து கொள்ளாமல் உதாவாகட்டும், பிரசாத்தாகட்டும் இரண்டு பேருக்கும் தான் வேண்டாத விருந்தாளியாகிப் போயினோ அவர் சொன்னபடி கேட்டிருத் தால் திம்மதியாக இருத்திருக்கலாமோ. கடவுளை! தான் தனிப்பாக தீபாவளி கொண்டாட வேண்டாமென்று திணைத்தது தவறா...

எனக்கென்ன காலில்லையா... பரவாயில்லையா... என் புருஷன் சம்பாதிப்பது இல்லாமல் தாது குடும்பம் நடத்தப் போதும். காரிசுக்கும் போதே இதைப் பிண்ணைகள் இப்படி உதா சிண்படுத்துகிறார்களே... தான் ஒன்றுமில்லாத வளமிகுந்தால்... என்ன பெரிய தீபாவளி, இந்த வருஷம் தீபாவளியே இல்வேன்றுட்டுப் போறேன், என்ன இப்போ...

எதுவுமே நடக்காதது போல வீடு சகலமானது. தாத்தா, பாட்டி என்று பிண்ணைகள் ஓட்



டிக் கொண்டார்கள்.

பேத்தி புதிதாய் வாய்விழுத்த மோதிரத் தைக் காட்டினாள். மருமகன் எனக்கு வாய்வினைத்திருத்த செவ்வைலக் கொடுத்தான். எனக்காக வாங்கினானா... நான் வத்திருக்கென்னு தனைத் எனக்கு எடுத்துத் தருவிறானோ என்று யோசித்து வேண்டாம் என்று மறுத்தபொழுது பேரப் பிள்ளைகள் அடம் பண்ணியது. "பாட்டி, நாயகதான் உங்களுக்குக் செலவீட்டுச் செய்திதாம்" என்று கத்த வேண்டாமென்றுப்பாய வாங்கிக் கொண்டேன.

"ஏம்மா எங்கெனோடேயே கார்ல வந்தீயா, பஸ் ஸ்டாண்ட்டில் விட்டுட்டுறேன்" எனதான் பிரசாத்.

"வேண்டாம்மா. நாய்க் கண்டவிலியில் கொஞ்சம் பர்சேஸ் செய்துட்டு ஆட்டோ பிடிச்சு போய்டுறோம். நீங்க கிணம்புங்க."

"அப்பா போய்டு வர்றோம், அடுத்த மாதம் நாய்க் தெய்வேலிக்கு வர்றோம். அம்மா உடம்பைப் பார்த்துக்க. டேய், தாத்தா பாட்டிக்கு டாட்டா சொல்லு."

"வர்றோம்" என்று புண்ணைக் பொங்க விளடகொடுத்து அவர்கள் போனதும், எனக்கு அமுலை பொதுக்குக் கொண்டு வந்தது. அது ஏக்கமா அல்லது என் ஆசை திராண்டாய் போனதாய் வந்த கோபமா...

"வலிதா..."

"என்னங்க, உங்க பிள்ளைங்க வச்சதைத் தைப் பார்த்திடுக்கா... என்ன இப்படிப் புயம்ப விட்டுட்டாங்கனே..." இவரிடம்தான் என் கோபத்தைக் கொட்ட முடிந்தது.

"வலிதா, நீ ஏன் இப்படிப் புயம்பு? நீ செய்தது சரியா? இங்க தங்கினா என்ன? பிள்ளைதானே... இருன்னா இருக்க மாட்ட, அப்புறம் ஏன் புயம்பிடு?"

"நானா! என தலையெழுத்து அனாதை மாநிரி வினக்கெத்தனுய்னு இருக்கு..."

"வலிதா... வயசானா ஏன் இப்படி புத்தி கெட்டுப் போய்க் கதறறே? அனாதைன்னு வாங்கு வாய் பேசறேயே, அனாதைக்கு

அந்தம் தெரியுமா உனக்கு? அம்மா, அப்பா விட்டுக்கு வத்தும் தாம் கிணம்பிப் போறோ மேன்னு ஏக்கத்தோடு போறான் பிரசாத்... திரும்பி நீ வருவியான்னு உனக்காக காத்திருப்பா கதா. சங்கர தனலதீபாவளிக்காகப் போகும் போது என்ன சொல்லிட்டுப் போறான்? அப்பா, 'அம்மாலைப் பார்த்துக் கொங்க, தனியாவிருக்கே'ன்னு வருத்தப்படப் போறாங்கன்னு தூறு நடையை சொல்லிட்டுப் போறான்.

நீ இருத்த இழுப்புக்கெல்லாம் பெட்டியைத் தூக்கிட்டு உங்கட தான ஓடி வர்றேன் இத் தனை பேரையும் வச்சிட்டு மூக்கைக் முன்னூறு நடையை அனாதை அனாதைப்பிற...

தாம் நினைக்கிறதை, ஆசைப்பட்டதை, வலியை, எனதடிமே பொத்துக்க ஆளில்லாமல் இருக்கவங்கதான அனாதை.

உனக்கெனது இந்த தோத்திரமே பேத்தி மோதிரத்தைக் காட்டறா. மருமகன் புடவை தாறா, அதுதான் பாசம். வலிதா இன்னும் நீ திரைத் தெரிஞ்சுக்கனும். உனனை மட்டும் பார்த்துக்காதே. உனனை கதறி உன்ன உலகத் தையும் பார்..."

"என்னங்க இப்படிப் பேசறீங்க... நானென்ன எதிர்பார்க்கிறேன்? காசா, பாயமா... என் பிள்ளைகள் எங்கட தலைய நான்ல சேர்த்திருக்கனுய்னுதானே..."

"அவங்கவங்க குடும்பம்னு ஆன பிறகு நீ ரொம்ப எதிர்பார்க்காதே கிடைக்கிறதை சத்தோஷன ஏததுக்கோ, உன் தோத்திரத் தியே மற்ற வர்களுக்காகப் பயன்படுத்தி சந்தோஷப் படுத்திக் கொள்."

வா, தாம் இருக்கிற இடத்துலே நிம்மதியா இருப்போம். மனசை அமைதியா வச்சுக்கோ, சந்தோஷமான தியாவனிதான்" என்று பேசிக் கொண்டு எதிரே வந்த ஆட்டோவை திறத்தினாள்.

அவர் சொன்னதையெல்லாம் யோசிக்க ஆரம்பித்தேன். □

புழுங்கலரிசியை நன்றாக கறகவைத்து, 1 கிலோவுக்கு 200 கிராம் பொட்டுக் கடலை, வற்றல் மிகைய, பெருங்காயம், உப்பு, கருவேப்பிலை கைப்பிடியளவு சேர்த்து ஸமய அரைத்து, ரிப்பன் அச்சில் போட்டுப் பிழியவும். ஆறா, வேறு மட்டணமே கேட்க மாட்டார்கள். (பிடித்த வர்கள் சேரம்பு சேர்க்கலாம்.)

- ஆத். பார்வதி



பொதுவாக லட்டு  
என்றால் பூந்தி லட்டு.  
ரவா லட்டு என்பது  
யாவருக்கும்  
தெரிந்ததுதான்.  
அவைகளை தவிர்த்து  
பத்துவித கலையுடனும்  
திறத்துடனும்  
சத்துநிறைந்ததாகவும்  
இருக்க வேண்டும்  
என்பதை கருத்தில்  
கொண்டு  
தயாரிக்கப்பட்டவை இந்த  
லட்டு வகைகள்.

தீபாவளி சமயத்தில்  
கடலை மாவில் செய்த  
இனிப்பு கார  
வகைகளையே அதிகம்  
உண்ணும்படி இல்லாமல்  
சிறிது மாறுபட்டு இந்த  
இனிப்பைச் செய்து  
தரலாமே!

இந்த வகைகளை  
பாண்டிகை நாட்கள்  
மட்டுமின்றி மற்ற  
நாட்களிலும் பள்ளி விட்டு  
வரும் குழந்தைகளுக்குத்  
தரும் வகையில் சத்தான  
இனிப்புப் பண்டமாகவும்  
தயாரித்து வைத்துக்  
கொள்ளலாம்.

# ஸ்டார் லட்டு

## 1. ஸ்டார் லட்டு

தேவையான பொருட்கள் :

கடலை பருப்பு - 3 கப் (ரவைவரை)

நெய் - 1 கப்,

சன்னமான கோதுமை ரவை - ½ கப்,

தேங்காய்த் துருவல் - 3½ கப்,

சர்க்கரை - 3½ கப்,

பால்/கோவா - 100 மிராம் (சர்க்கரை போடாதது)

ஏலப்பொடி - 1 பேசின் ஸ்பூன்

முந்திரி துண்டுகள் - 2 பேசின் ஸ்பூன்

காய்த்த திராட்சை - 2 பேசின் ஸ்பூன்

பால் - 2 பேசின் ஸ்பூன்

செய்முறை :

கடலை பருப்பை வெய்யிலில் காயவைத்து எடுத்து  
மிஷினில் மெல்லிய ரவைவாக அரைத்து எடுத்துக் கொள்  
ளவும். இதை கடாயில் அரை கப் நெய் விட்டுக் காய்ந்ததும்  
சேர்த்துப் பொன்னிறமாகக் குறைந்த தீவில் வைத்து  
வறுக்கவும். பிறகு இத்துடன் 1 கப் தேங்காய்த் துருவல் சேர்த்து  
வறுத்து எடுத்து 2 பேசின் ஸ்பூன் பால் சேர்த்துக் கலந்து  
வைக்கவும்.

பிறகு கடாயில் மீதமுள்ள ½ கப் நெய் விட்டு கோதுமை  
ரவைவைப் பொன்னிறமாக வறுத்து எடுத்து மீதமுள்ள  
தேங்காய்த் துருவலையும் சேர்த்து வறுத்துச் சேர்க்கவும்.  
கோவாவை வேளாக வறுத்து எடுத்து ஆறவிடவும். முந்திரி,  
திராட்சை நெய்யில் வறுத்து எடுத்து ஏலப்பொடி, பால்  
கோவா காலற்றையும் வறுத்த ரவை கலையுடன் சேர்த்து  
எல்லாவற்றையும் தன்கு கலந்து வெய்யிலும்.

மற்றொரு கடாயில் 2 கப் தண்ணீர் விட்டு சர்க்கரை  
சேர்த்து 3 கம்பி பதம் வரும் அளவு வாகு தயாரித்து அதில்

ஜெயந்தி நாராயணன்

# ஸ்பெஷல்

இதற்கு கலாசார அமைச்சர் தனது கிளர் எடுத்துச் சென்று ஆறியதும் ஒரே அளவாக உருவாக்க செய்து எடுத்துக் கொள்ளவும் இந்த லட்டு புது கலையும், மணமும், திறமும் உடையதாக இருக்கும்.

## 2. மிக்ஸ்டு அவல் லட்டு

தேவையான பொருட்கள் :

அவல் - ½ கிலோ,

பால் பவுடர் - ½ கப்,

உலர்ந்த பேரிச்சை பொடி - 30 கிராம்,

பொட்டுக்கட்டளை மாவு - ½ கப்,

ஏலக்காய் பொடி - ½ தேபிள் ஸ்பூன்,

நெய் - 3 தேபிள் ஸ்பூன்,

சர்க்கரை பொடித்தது - 300 கிராம்,

பால் ஏடு அல்லது பிரெஷ் மீர் - 1 கப்,

முந்திரி - 10 சிறு சிறு துண்டுகளாகச் செய்து கொள்ளவும்.

சாய்ந்த இரட்டை - 12

தேங்காய் - 2 தேபிள் ஸ்பூன் (பலுது பக்கமாக தறுகவியது)

செய்முறை :

அளவை சத்தம் செய்து கடாயில் நன்றாக மணம் வரும் வரை வறுத்து எடுத்து ஆறியதும் சலையாக மிக்ஸரில் பொடி செய்து எடுத்துக் கொள்ளவும் முந்திரித் துண்டுகள், இரட்டை, தேங்காய் துண்டுகள் இவற்றை நெய் விட்டு வறுத்து எடுத்து பொடித்த அவலுடன் சேர்க்கவும். பிறகு சர்க்கரை பொடி, ஏலக்காய் பொடி, பேரிச்சை பொடி இவையுள்ளும் இதில் கலக்கவும்.

அளவான நடட்டில் எல்லாவற்றையும் சேர்த்து, பால் ஏடு அல்லது மீர் கலந்து தேவையானால் சிறு நெய் விட்டுக்



கலந்து உருண்டைகளாகச் செய்து கொள்ளவும். இந்த வட்டு பார்ப்பதற்கு ரவா வட்டு போல் இருக்கும். ஆனால் கனவு வித்தியாசமாக இருக்கும்.

### 3. மலாய் வட்டு

தேவையான பொருட்கள் :

பனீர் - 250 கிராம்,

மிலகமெய்டு -  $\frac{1}{2}$  டி.ன் அல்லது 200 கிராம்,

முத்திரித் துண்டுகள் - 3 டேபிள் ஸ்பூன் வறுத்தது.

அலங்கரிக்க - திராட்சை அல்லது செரி

ஏலப்பொடி -  $\frac{1}{2}$  டேபிள் ஸ்பூன்

செய்முறை :

பனீரை நனறாக உதிர்த்து மிதித்துக் கொள்ளவும். அடிக்கனமான கடாயில் மிலகமெய்டு சேர்த்து, குறைந்த தீயில் வைத்து பனீரையும் சேர்த்து நனறாகக் கிளறவும். கெட்டியான பதம் வந்ததும் வறுத்த முத்திரி, ஏலப்பொடி சேர்த்துக் கலந்து இருக்கி வைத்து ஆறியதும் வட்டாகச் செய்து திராட்சை அல்லது செரியை மேற்புறம் வைத்து அலங்கரிக்கவும். மிகவும் சூசியாக இருக்கும். செய்வது மிகவும் எளிது.

### 4. புரோட்டின வட்டு

தேவையான பொருட்கள் :

முளைவிட்ட கேழ்வரகில்

தயாரித்த மாவு - 200 கிராம்.



ரெடிமேட் சேவை (இடிபாப்பம்)வை வாங்கி உதிர்த்துப் (வேகவைத்து) பர்ப்புகோன், காய்கறிகளை நறுக்கி, இஞ்சி பூண்டு விழுது அரைத்து வானலியில் எய்வாவற்றையும் தாளித்து, வேரும் வறடி வறக்கி கடைசியில் உதிர்த்த சேவைவையப் போட்டு கிளதி இறக்கினோன். சூப்பரான புலகு சேவைவைய குழந்தைகள் விரும்பிச் சாப்பிட்டனர்.

- ஸ்கப்பி ரங்கநாதன்.

வறுத்த ஏன் (வெண்ணை) - 100 கிராம்,

வறுத்த நிலக்கடலை - 100 கிராம்,

சோயா மாவு - 50 கிராம்,

பொட்டுக் கடலை மாவு - 50 கிராம்,

ஏலப்பொடி -  $\frac{1}{2}$  டேபிள் ஸ்பூன்,

தெய் - 4 டேபிள் ஸ்பூன்,

வெலகம் - 250 கிராம்

செய்முறை :

கேழ்வரகு மாலை பொன்னிறமாக கடாயில் வறுத்து எடுத்துச் சிறிது தீர் தெளித்து ஆவியில் வேகவைத்து எடுத்துக் கொள்ளவும். நிலக்கடலைவையத் தோல் நீக்கி, எஞ்சுடன் சேர்த்து மிக்ஸரில் கரகரப்பாக பொடித்துக் கொள்ளவும். சோயா மாலை சிறிது தெய் விட்டு பொன்னிறமாக வறுத்து எடுத்த வேக வைத்து எடுத்த கேழ்வரகு மாவுடன் சேர்க்கவும்.

இத்துடன் பொட்டுக்கடலை மாவு, பொடித்த ஏன், வேர்க்கடலை யாவற்றையும் சேர்த்து ஏலப்பொடியும் கலந்து நனகு சேர்த்து கலந்து கொள்ளவும். கடாயில் வெல்வந்தை வடிக்கடி எடுத்துச் சேர்த்து இனம் பாகு வைத்துக் கொள்ளவும். பாகில் மாலை சேர்த்துக் கிளதி இறக்கி வைத்து உருண்டைகளாகச் செய்து கொள்ளவும்.

### 5. பயத்தம் பகுப்பு வட்டு

தேவையான பொருட்கள் :

பயத்தம் பகுப்பு -  $\frac{1}{2}$  கிலோ,

சாக்கரைப் பொடி -  $\frac{1}{2}$  கிலோ,

பால்சோவா - 100 கிராம்

(சாக்கரை போடாதது)

தெய் - 150 கிராம்,

ஏலப்பொடி -  $\frac{1}{2}$  டேபிள் ஸ்பூன்,

முத்திரித் துண்டுகள் - 3 டேபிள் ஸ்பூன்

வறுத்தது.

பால் - 2 கப்

செய்முறை :

பயத்தம் பகுப்பை கடாயில் பொன்னிறமாக வறுத்து எடுத்துப் பாலில் கறறவிடவும். 1 மணி தேரம் கறறியதும் மிக்ஸரில் நனறாக அரைத்து விழுதாக எடுத்துக் கொள்ளவும். கடாயில் தெய் விட்டுக் காய்ந்ததும் அரைத்த விழுதைச் சேர்த்து நனகு கிளறவும். நனறாக வெந்ததும் இத்துடன் சாக்கரைப் பொடி, ஏலப்பொடி, பால்சோவா சேர்த்து நனகு கிளதி எடுத்து, முத்திரி சேர்த்து ஆறியதும் உருண்டைகளாகச் செய்து கொள்ளவும்.

பிளாஸ்டிக் : பயத்தம் பகுப்பை அலுக்கும் போது கறவைவத பாஸையே விட்டு அரைக்கவும்.



உருக்குப் போய் விட்டு வர 3,4 நாட்கள் தூரும் என்பதும், தயிரில் நிறைய தண்ணீர் விட்டு, அந்தப் பாதீரத்தைத் தண்ணீர் உள்ள வேறு பாதீரத்தினுள் இறக்கி எவக்க வேண்டும், ஊரீகிருத்து வந்தவுடன் மோலகத் தெளித்திருக்கும் தண்ணீரை இறுத்து விட்டு, அடியில் உள்ள தாிரைப் பயன்படுத்தலாம். புளிப்பும், தூர்நாற்றமும் திருக்காது.

- சீருந்தா திரமணி.



## 6. விட்டமின் லட்டு

செய்முறை :

தேவையான பொருட்கள் :

பொட்டுக்கடனல - 1 கப்,  
முந்திரி - 10,  
பாதாம் பருப்பு - 10,  
பிஸ்தா பருப்பு - 10  
பால் பவுடர் - ½ கப்,  
ஏலப்பொடி - ¼ தேயின் ஸ்பூன்,  
காவந்திராட்டை - 2 தேயின் ஸ்பூன்,  
நெய் - 1½ கப்,  
சர்க்கரைப் பொடி - 3 கப்

செய்முறை :

பாதாம் பருப்பை சிறிது நேரம் வெந்நீரில் ஊறவைத்து எடுத்துத் தேய்நீக்கி முந்திரியுடன் சேர்த்து கடாயில் வேமாக வறுத்து எடுத்துக் கொள்ளவும். பொட்டுக் கடனலையையும் வேளாண வறுத்து இத்துடன் சேர்த்து ஆறியதும் மிகளியில் எதனாக பொடி. செய்து எடுத்துக் கொள்ளவும். இத்துடன் பால் பவுடர் சேர்த்துக் கலக்கவும்.

கடாயில் சிறிது நெய் விட்டு பிஸ்தா பருப்பை சிறு துண்டுகளாக்கி வறுத்து இத் துடன் சேர்க்கவும் திராட்டையை நெய்யில் வறுத்து சேர்த்து நன்கு கலந்து கொண்டு நெய்யை கடாயில் சூடாக்கி மாவில் சிறிது சிறிதாக சேர்த்து சூடாக இருக்கும்போதே உருண்டைகள் செய்து எடுத்து எலகிசவும்.

## 7. வேர்கடலை சர்க்கரை லட்டு

தேவையான பொருட்கள் :

கடனல மாவு - ½ கிலோ,  
வேர்கடனல மாவு - ½ கிலோ,  
சர்க்கரை பொடித்தது - ½ கிலோ,  
நெய் - 3 கப்,  
முந்திரி பாதாம் துண்டுகள் - 100 கிராம்,  
ஏலக்காய் பொடி -

1 தேயின் ஸ்பூன்

வேர்கடனலையையும் வறுத்து தேய்நீக்கி அரைத்துக் கொள்ளவும். வேர்கடனல மாவு, கடனல மாவு இரண்டையும் தனித்தனியாக நெய் விட்டுப் பொன்னிறமாக வறுத்து எடுத்துக் கொள்ளவும். இத்துடன் பாதாம், முந்திரி, துண்டுகளை நெய்யில் வறுத்துச் சேர்க்கவும். மற்றும் ஏலக்காய் பொடி, சர்க்கரைப் பொடி, காவந்திராட்டை இடில் சேர்த்து நன்கு கலந்து அகலமான பேண்டர் அல்லது தாம்பாளத்தில் வைத்துக் கொண்டு மீதமுள்ள நெய்யை உருக்கி இடில் சேர்த்து விரும்பிய அளவில் உருண்டைகள் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

## 8. டிராட்ஸ் லட்டு

தேவையான பொருட்கள் :

பாதாம் - 100 கிராம்,  
முந்திரி - 100 கிராம்,  
அக்ரூட் - 30 கிராம்,  
கொப்பரைத் தேய்கால் - 100 கிராம்,  
திராட்டை - 100 கிராம்,  
கோதுமை மாவு - 200 கிராம்,  
நெய் - 200 கிராம்,  
ஏலப்பொடி - 1 தேயின் ஸ்பூன்,  
சர்க்கரைப் பொடி - 300 கிராம்

செய்முறை :

பாதாம், முந்திரி, அக்ரூட் இவற்றை சிறு துண்டுகளாக செய்து கொள்ளவும். கோதுமை மாலை ¼ கப் நெய் விட்டு பொன்னிறமாகக் கடாயில் வறுத்து எடுத்து ஒரு அகலமான பேண்டரில் வைத்துக் கொள்ளவும். இடில் பாதாம், முந்திரி, அக்ரூட் துண்டுகளை நெய்யில் வறுத்துச் சேர்க்கவும் திராட்டை எய்யவும் நெய்யில் வறுத்து மாவில் சேர்க்கவும். கொப்பரைத் தேய்காலைத் துருவி எடுத்து நெய்யில் வறுத்து மாவில் சேர்க்கவும். ஏலப்பொடி

சேர்த்து மாவிலை நன்கு சேர்த்து கலந்து கொள்ளவும்.

இத்துடன் சர்க்கரைப் பொடி, மீதமுள்ள தெய் உருக்கியது சேர்த்து குடாக இருக்கும் பொதே உருண்டைகளாக செய்து கொள்ளவும்.

## 9. புழுங்கலரிசி நனி வட்டு

தேவையான பொருட்கள் :

புழுங்கலரிசி - 2 கப்,  
தேய்காய் துருவியது - ¼ கப்,  
வறுத்த எள் - 2 டேபிள் ஸ்பூன்,  
முத்திரி சிறு சிறு துண்டுகளாக்கியது - 6,  
ஏலக்காய்ப் பொடி - ¼ டேபிள் ஸ்பூன்,  
வெல்லம் துருவியது - 1¼ கப்,  
தெய் - 2 டேபிள் ஸ்பூன்

செய்முறை :

புழுங்கலரிசியை கடாயில் பொரிந்து வரும் வரை வறுத்து எடுத்து ஆறவைக்கவும். ஆறியதும் மிக்ஸரில் சேர்த்துப் பொடி செய்து கொள்ளவும். விரைவில் நன்கு பொடி ஆகி விடும். பிறகு இத்துடன் வறுத்த எள், தேய் காய்ப் துருவல், முத்திரி சேர்த்து அரைக்கவும். கடைசியாக வெல்லத்தைச் சேர்த்து 1 நிமிடம் அரைத்து எடுத்து உருண்டைகளாக செய்து வைக்கவும். விரும்பினால் தெய் சேர்த்து ஆரூண்டை செய்யலாம். தெய் நவிரத்தும் தயாரிக்கலாம். அரிசியை முன்பே வறுத்துப் பொடி செய்து வைத்துக் கொண்டால் மிகவும் சுலபமாக 10 நிமிடத்திள் இந்த வட்டை தயாரித்து விடலாம்.

## 10. இயற்கை வட்டு

தேவையான பொருட்கள் :

உலர்ந்த திராட்சை - ¼ கப்,  
முத்திரி துண்டுகளாக்கியது - ¼ கப்,  
பாதாம் தோல் தீக்கி  
துண்டுகளாக்கியது - ¼ கப்,  
வேர்கடலை - ½ கப்,  
பொட்டுக்கடலை - ¼ கப்,  
உலர்ந்த பேரீட்சை - 10,  
துருவிய கொப்பரை - ¼ கப்,  
ஏலக்காய்ப் தூள் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்,  
வெல்லம் துருவியது - 1¼ கப்

செய்முறை :

வேர்கடலையை வறுத்துத் தோல் தீக்கி எடுத்து ஒன்றிரண்டாக பொடித்துக் கொள்வதும். இத்துடன் பொட்டுக்கடலை, பாதாம், முத்திரி, கொப்பரைத் துருவல், ஏலப்பொடி சேர்த்து மிக்ஸரில் 1 நிமிடம் அரைக்கவும். உலர்ந்த பேரீட்சையை சிறு சிறு துண்டுகளாக்கி எடுத்து, திராட்சையுடன் அரைத்த கலவையில் சேர்த்து துருவிய வெல்லமும் சேர்த்து நன்கு கலந்து உருண்டைகளாக செய்து கொள்ளவும்.

இந்த வட்டில் தெய், தண்ணீர் எதுவும் சேர்ப்பதில்லை. இது விரைவில் கெடாது. சத்தான வட்டு எல்லோருக்கும் ஏற்றது. மிக்ஸரில் வெல்லத் துருவலையும் சேர்த்து 1 நிமிடம் அரைத்து பின் திராட்சை, பேரீட்சை கலத்தும் உருண்டை செய்யலாம். வெல்லம் இல்லாது சேர்க்கும் போது எல்லாவற்றுடனும் நன்கு கலந்து உருண்டை எளிதில் செய்ய சுலபமாக இருக்கும்.

புதி ஜெயந்திக்கு சர்க்கரை சீஸ்டு செய்யலாம் என்று கோதுமை மாவு, அரிசி மாவு, பொட்டுக்கடலை மாவு, துருவிய தேய்காய், சர்க்கரை, பொடியாக நறுக்கிய முத்திரி, ஏலப்பொடி சேர்த்துக் கலந்து, பாலை விட்டுப் பிசையும் போது ஏதோ நினைவில் பால் ஏராளம் ஐஸ் கிரீம் மாகி மாவு ஏராளம் தளர்த்து விட்டது. பாதியளவு மாவில் இன்றும் கொஞ்சம் பாலை விட்டுக் கலந்து, அப்பம் வாகர்த்தேன். அப்பம் குப்பராக, ஏறத்தென்று இருந்தது. மீதி மாவை ஒரு தட்டில் கொட்டி பரத்தி, மேலே கசுகாலை தூவி பரிவாரி வைத்து விட்டேன். மறுநாள் ஹடமன் வடிவத் துண்டுகளாக வடிட்டி காய்ந்த என்ஜினையில் பொரித்தேன். கரகரப்பாக படு டேஸ்டாக இருந்தது. மற்ற பட்சணங்களை விட இந்த 'கரகரப்பிரியா' தான் அனைவருக்கும் ஏராளப் பிடித்தது.



- ஏலக்காய் சந்தானம்.

# சமையல் செய்முறை



**சமையலறை**

**சந்தேசங்கள் பகுதியில்  
சயம் சொம்பப் பற்றி  
அளித்த பதிலில் மேலும்  
இதுபற்றிய விவரங்கள்  
தெரிந்தவர்கள் எழுதலாம்  
என்று எழுதியிருந்தார்  
மல்விகா பத்ரிநாத். அது  
பற்றி வாசக  
சகோதிகளின் சில  
வினாக்கள் -**

**ஈயம் என்றால் lead (pb) என்று ஆவகிலத்தில்  
மொழிபெயர்த்துப் புரிந்து கொள்வதால் ஈயம் உணவில்  
கலப்பது தீங்கு விளைவிக்கும் என்று இக் காலத்தில்  
அர்த்தம் செய்து கொள்கிறோம்.**

ஈயச் சொம்பு என்பது லெட்டிசுனால் செய்யப்படுவது  
அன்று. அது டிசு என்ற உலோகத்தினால் செய்யப்படுவது.  
'டிசு' என்பதைத் தமிழில் வெள்ளீயம் என்று கூறுவர்.  
(பார்க்க வந்தமரான் பதிப்பகத்தாரின் ஆங்கில -  
ஆங்கில - தமிழ் அகராதி) லெட் என்பதைத் தமிழ் அகராதி  
யில் ஈயம் என்றும் காரீயம் என்றும் சொல்லப்  
பட்டிருக்கிறது. பித்தளைப் பாத்திரங்களுக்கு பூகம் சயக்  
கலவையும் டிசு என்ஹி உலோகம்தான்.

கடைகளில் விற்கும் ஈயச் சொம்பு 'டிசு' என்ற  
உலோகத்தினால் செய்யப்பட்டிருக்க வேண்டும். டிசு  
மிகவும் மிகுதுவானது. ஈயச் சொம்பு குடாக இருக்  
கும்போது விரலால் அழுத்தினாலே அடையாளம் வரும்  
படி இருக்கும். அதைக் கையாளும் போது கவனமாக  
இருக்க வேண்டும். ஈயச் சொம்பை அதிக குட்டில் எவத்  
தாலோ கிருக்கினால் பிடித்தாலோ ஓட்டை விழுந்து  
விடும்.

சாதாரணமாக ஈயச் சொம்பை தேய்த்தவுடன் பளபள  
வென்று ஆகிவிடும். அதில் வெள்ளீயம், காரீயமோ கலப்  
படம் செய்திருந்தால், வெகு நேரம் அழுத்தித் தேய்த்  
தால்தான் கருமை விலகும் ஒரு ஈயச் சொம்பை ஒரு வாரம்  
உபயோகப்படுத்தாமல் காற்றுப்பட எவத்துப் பார்க்கவும்.  
அதன் பிறகு வெறும் தண்ணீரில் கழுவினாலே நல்ல நிறம்  
வர வேண்டும். அப்படியில்லாமல் அழுக்குப் பிடித்தாற்  
போல் கருமை திரும்படித்தது என்றால் அதைச் சொம்பை  
உபயோகப்படுத்தக் கூடாது. அதில் காரீய கலப்படம்  
இருப்பதற்கு வாய்ப்பு உள்ளது.

நாம் வெள்ளீயம் பூசிய பித்தளைப் பாத்திரத்தில்  
சமையல் செய்வது போலவே பஞ்சாபில் துத்தநாகம்  
பூசிய இரும்புப் பாத்திரத்திலும் (அதாவது நாம்





**ஸ்ரீ கிருஷ்ண ஸ்வீட்ச்<sup>®</sup>**



**அறிமுகப்படுத்தும்  
கல்யாண சரீர்பலகாரங்கள்**



**எல்லா சரீர்பலகாரங்களையும் வகைக்கு ஒன்றாக வைத்து  
அதற்காகவே வடிவமைக்கப்பட்ட அழகிய சரீர்பலகார பெட்டிகளில்  
வழங்குகிறோம்.**

**பரிசனிக்க, சர்வரிசைக்கு புதுமையானவை.**

**ஸ்ரீ கிருஷ்ண ஸ்வீட்ச்<sup>®</sup>**

பாண்டி பதுமா, சென்னை, போன் : 4312345  
காந்தி நகர் முதல் மெயின் ரோடு, அடைபார், சென்னை, போன் : 4413805  
அண்ணா துறை, சென்னை, போன் : 6192345



தூங்க ஸ்டீட் என்று சொல்லும் தகடனாஸ் செய்த பாத்திரங்களில் "சோலே" எனப்படும் கடனலையைச் சமைக்கிறார்கள். அதனால் அதற்கு ஒரு தனி குளி வருகிறது. அதே போல் சயர் சொம்பில் ரசம் செய்தால் அதற்கு ஒரு தனி குளி வருகிறது.

- ஆர். சாய்காத்த, புனே.

**பல வருடங்களுக்கு முன்பு சயர் சொம்பில் ரசம் வைத்து குளியாக தித்திப்பாக இருக்கிறது எனச் சாப்பிடுவது, சயர் அடுக்கில் பாஸை ஊற்றி உரை ஊற்றித் தயிராக்குவது, நோஸை மாஸை சயர் அடுக்கில் வைப்பது எனப் பலவாறாக உபயோகத்தில் இருந்தது. சயர் சொம்பில் ரசம் வைத்துச் சாப்பிட்டால் மனமளகவும், ருசியாகவும், தித்திப்பு தன்மையுடையதாகவும் உள்ளது எனச் சாப்பிட்டு வந்தனர். இதற்குக் காரணம் சயத்துக்கு சயமாகவே உள்ள தித்திப்பு தன்மைதான் காரணம். இது மாதிரி அந்தப் பாத்திரங்களில் செய்த, வைத்த உணவுகள் உண்டு வந்ததால் வயிற்றுப்போக்கு, மிகோதரம், அன்னதுவேஷம், இன்னும் பலவித நோய்களுக்கு ஆளாகி வந்தனர். இதன் காரணம் அந்த நாளில் அறியப்படவில்லை. ஆனால் இப்போது அந்தப் பற்றிய ஒரு விழிப்புணர்வு வந்திருக்கிறது.**

நம் இரத்தத்தில் உள்ள லெட் அணுவைக் கண்டுபிடிக்கும் போது நாம் சுற்றுச் சூழலிலால் எந்தவளவு பாதிக்கப்பட்டு இருக்கிறோம் என அறியலாம்.

**லெட் பாதிப்பு எய்விருந்து ஆரம்பிக் கிறது?**

1. தொழிற்சாலை, பவர் ஸ்டேஷன், கழிவுப் பொருட்களை நீ வைத்து எரிப்பது, கார் பழுதுபார்க்கும் இடம், கரங்கம், தாதுப் பொருட்களைப் பிரித்தெடுக்கும் இடங்கள்.

2. லெட் கலந்த பெட்ரோல் உபயோகிக்கும் போது அதிலிருந்து வெளியிடப்படும் புளகவிலிருந்தும்

3. பாதுகாப்பற்ற முறையில் புதுப்பிக்கப்படும் கட்டிடங்களும், கட்டிடத்தை இடித்துத் தரைமட்டமாக ஆக்கும் போதும்

4. கரி இவைகளை எரிய விடும் போது வெளிவரும் புளகவிலாலும்.

**தூசீரோர் உபயோகிக்கும் பொருட்களில் உள்ள லெட்**

1. பழைய விளையாட்டுச் சாமான்கள், பற்றவைக்கும் உலோகம்

2. நடைகளில் வர்ணம் பூட்டியவை, சில வகை பொத்தான்கள்

3. சில வகை தயாரிப்பு மருந்துகள், இந்திய முறைப்படி தயாரித்த மருந்துகள் சில வகை,

4. சில அழகுச் சாதனப் பொருட்கள். உதாரணமாக குவகுடம், மருதாணிப் பொடி, முடி கருமையாக்க பூசம் சாயங்கள், சில உதட்டுச் சாயம், நகச்சாயம் முதலியன. சில வகை அழகு சாதன சிவிகளை முறைகளும் அடங்கும்.

**உங்கள் குழந்தைகளை லெட் விஷத் தன்மையிலிருந்து காப்பாற்ற ஏழு வித பாது காப்பு முறைகள் :**

1. லெட் ரத்தசோளை ஏற்படுத்தும், பேறு காலத்தை எதிர்த்தோக்கி இருக்கும் கர்ப்பிணிப் பெண்களை லெட் விஷத்தன்மை யிலிருந்து காப்பாற்ற வேண்டும்.

2. லெட் சிறு குழந்தைகளுக்குப் பெரும் பாதிப்பை ஏற்படுத்தும். வளரும் குழந்தைகளில் கிரகிக்கும் தன்மையையும், நடத் தைலையும் கூட பாதிக்கும்.

3. ஒரு வயது, இரண்டு வயதுக் குழந்தைகளின் இரத்தத்தில் உள்ள லெட் அளவை சோதிக்க வேண்டும்.

4. இரத்தத்தில் லெட் அளவு 10 ug dl க்கு மேல் இருந்தால் கவனித்து உடன் செயல்பட வேண்டும்.

5. உங்கள் குழந்தைகளை பழைய பெயிண்ட் தூசுகள், மற்றும் வீட்டுக்கு பெயிண்ட் அடிக்கும் போதும் அருகில்

**வதந்தி**

**கிரிதர்ஸ்**

**எழுதினோன்  
உள் ரிபயர்**

**நம்மைச் சுற்றி**

**கிசுகிசு பேசுகின்றன  
யா இவைகள்!**

**— ஜெயந்தி குமார்**

முத்திரிப் பருப்பு 100 கிராம் பையில் ஊறுவைத்து அரைக்கவும். ஒரு லிட்டர் பால், பாதியாகச் சுண்டியதும், 400 கிராம் சர்க்கரை, முத்திரி வீழுது 100 கிராம் நெய் சேர்த்துக் கைவிடாமல் இறகும் வரை கிளறவும். கடைசியில் பூஸ்ட் (அ) போர்ன்லிட்டர் (அ) கோகோ பவுடர் 2 ஸ்பூன் சேர்த்துக் கிளறி, ஒட்டாமல் வந்தவுடன் தட்டில் கொட்டி வீல்லை போடவும். உடம்புக்கும் தலையும் செய்வதும் சுலபம்.

- ஆர். பஸ்வதி



செல்ல விடாமல் பாதுகாத்துக் கொள்ளுங்கள். சில குழந்தைகள் பழைய விளைவாட்டுப் பொம்மைகளை (வரணம் பூசியது) வாயில் வைத்துக் கொள்ளும். சில குழந்தைகள் பழைய பெயிண்ட், கவரில் இருந்தும், கதவுகளிலிருந்தும் விழுவுகை வாயில் வைத்துக் கொள்ளும். இவைகளை கட்டாயம் தவிர்த்து வேண்டும்.

6. உணவு அருந்தும் முன் கட்டாயம் குழந்தைகளின் கை, கால்களை கழுவும் பழக்கம் ஏற்படுத்த வேண்டும்.

7. துப்பு, தூசுகளை வெதுவெதுப்பான தண்ணீரால் ஸ்டீட்டில் சுத்தம் செய்து துடைத்து வைப்பார்கள்.

**ஞாபகத்தில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள் :**

1. நாம் ஊறுகாய், மற்ற சுவையல் பதார்த்தங்கள் வைக்க உதவும் பீங்கான் ஜாடிகளில் கூட லெட் உள்ளதாகக் கண்டுபிடித்திருக்கின்றனர்.

2. நம் இந்தியாவின் பெரிய நகரங்களில் 51.3% குழந்தைகளுக்கு 10 பற்றாட்டி லெட் இரத்தத்தில் உள்ளதாக ஆராய்ச்சியாளர்கள் கூறுகிறார்கள். இக் குழந்தைகள் 12 வயதுக்குட்பட்டவர்கள்.

3. லெட் நம் தினசரி வாழ்வில் நிறைய உபயோகத்தில் இருக்கிறது. லெட் நம் உடலுக்கு எந்த நன்மையையும் தரவய்வுது அல்ல. மிகுங்கள் உட்பட.

4. லெட் விஷத்தன்மை அதிக அளவு பாதிக்கப்படக்கூடிய நம் உடல் உறுப்புகள் முக்கியமாக மூளை, சிறுநீரகம், சந்தி உண்டாக்கும் உறுப்புகள்: சிவப்பு ரத்த அணுக்கள், தீரண உறுப்புகள், தரம்பு மண்டலம், தசைகள், எலும்பும், எலும்புகள் சேரும் இடமுமாகும்.

5. நன்றாக திணாவில் கொள்ளுங்கள். லெட் நம் உடல் உறுப்புகளை நாம் அறியாமல் பாதித்து, நிரந்தரமாக பாதிக்கக் கூடியவை.

6. 90% அல்லது அதற்கு மேலும் லெட் நம் உடலில் சேர்ந்து, எலும்புகளில் பல வருடங்கள் தங்கிவிடும் அபாயமும் உண்டு.

7. குழந்தையைச் சுமக்கும் பேறுகாலப் பெண்மணிகள் லெட் அவர்கள் உடலைப் பாதித்து இருந்தால் பிறக்கப் போகும் குழந்தைக்கும் அது பாதிப்பை ஏற்படுத்தும்.

**லெட் விஷத்தன்மை உடையவர்களின் அறிவுதிகள் :**

1. தலைவலி, கவனச் சிதறல், கைகள்: தலையில் நடுக்கம், பலவீனம், ஞாபகமற்றி, வயிற்றில் வலி, துக்கமின்னம், மலச்சிக்கல், எரிச்சல் படுவது, தரம்புத் தளர்ச்சி, எடை குறைதல், பேறுகாலத்தில் பல சிக்கல்கள், தசை, எலும்பு சேரும் இடத்தில் வலி, பசியின்மை, இரத்தசோகை, வயிற்றுப் பிரட்டல், ரத்தக் கொதிப்பு, தலை கழிதல், சிறுநீரகம் பழுதடைதல், மனத்தளர்ச்சி, எதிலும் விருப்பமின்மை, தொடர்ந்து பலவீனம் இவைகளே.

லெட் சார்ந்த தொழிற்சாலைகளில் வேலை செய்வோர் தகுந்த பாதுகாப்பு நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

**நம் சுற்றுச் சூழலை மாசுபடுத்தாமல் இருக்க -**

1. நம் வாகனங்கள் புனை விடாமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

2. வேண்டாத கழிவுகளை பொது இடத்தில் தீ வைத்து எரிக்கக் கூடாது.

3. தொழிற்சாலை புனை நம்மைத் தூக்காமல், மாசுபடுத்தாமல் இருக்க தகுந்த நடவடிக்கை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

4. தரம் குறைந்த குளிர்ப்பண பிஷினை உபயோகிக்காமல் இருக்க வேண்டும்.

தாம் உபயோகிக்கும் தண்ணீரை மாபெடுத்தாமல் இருக்க -

1. வேண்டாத ரசாயனக் கலவைகளை தண்ணீரில் கலக்காமல் பாதுகாக்க வேண்டும்.

2. வேண்டாத பொம்மை, வர்ணம் நீட்டிய மற்ற பொருட்களை புதைக்காமல் இருப்பது.

3. ரசாயன சரங்களை, சுழிவுற்றை தண்ணீரில் கலக்காமல் பாதுகாப்பது.

4. ரசாயன உரங்கள், பூச்சிக் கொல்லி மருந்துகள் நீரில் கலக்காமல் பாதுகாக்கப்பட வேண்டும்.

தாம் உணவைச் சாப்பிடும் போது கவனத்தில் கொள்ள வேண்டியவை :

1. நல்ல தரமான முனையில் தயாரிக்கப்பட்டனவுகளா?

2. பாதுகாப்பான முறையில் சேமித்து வைக்கப்பட்டனவா?

3. அதில் என்ன இருக்கிறது என தெரிந்து கொள்ளுங்கள்

பின்புரிப்பு : ஸெட் விஷத்தன்மையை அகற்ற ஒரு பூண்டு பல் தினமும் ஒவ்வொருவரும் உணவில் சேர்த்து வதனால் விஷத்தன்மையைக் குறைக்க வாய்ப்புள்ளதாக ஆராய்ச்சியாளர்கள் கருகிறார்கள்.

இந்த ஸெட் பற்றி மேலும் பல தகவலை அறிய விரும்பினால் Dr. T. Venkatesh Director, NFC for Lead Poisoning in India (A Joint Project of St. John's National Academy of Health Sciences and George Foundation) St. John's Medical College, Koramangala, Bangalore, Karnataka State எழுதினால் கிடைக்கும். Bio-chemistry Dept. என் பென்டாக்டர். ராஜிகா கிருஷ்ணஸ்வாமி எம்.டி. அங்குதான் வேலை பார்க்கிறார். அவள் கூறிய குறிப்புகளை வைத்தே இக் கட்டுரையை எழுதி இருக்கிறேன்.)

- லக்ஷ்மி துரைமங்காமி, சேவம்.

உப்பும் சயரும் அளவோடு இருக்க வேண்டும்

மனிதனுடைய உணவில் தினமும் 30 முதல் 40 மைக்ரோ கிராம் சயம் சேரலாம். தவறில்லை. அதற்கு மேல் போனால் இது

ஒவ்வொன்றும்  
ரூ. 500/- மதிப்புள்ள 2  
கைக்கடிகாரங்கள் பரிசு!

\* வால் அறுந்த பிங்கியும்  
குட்டி தேவதையும்

- கனையான கதை

\* ஓயாத உழைப்பாளி!

- இதயம் பற்றிய தகவல்கள்



\* பாடகராவது  
உங்கள்  
லட்சியமா?

- ஹரிணி டிப்ஸ்  
தருகிறார்

\* ஷான் பொல்லாக்,  
லான்ஸ் குளுஸ்னர்

- போஸ்டர்



\* பல்வேறு நாடுகளில்  
குழந்தைகள் தினம்

**கோகுலம்**

சிறுவர் மாத இதழ்

தவம்பர் 2001 ரூ. 8/- மட்டும்

மணலையும் உடலையும் பாதிக்கிறதாம். பண்டைய ரோமானிய அரண்மனையில் சயப்பாத்திரங்கள், மதுவுக்கும், உணவுக்கும் இளிப்புச் சுவை சேர்க்க பயன்படுத்தப் பட்டனவாம். (இதிலிருந்து சயத்திற்கு இளிப்புச் சுவை கொடுக்கும் தன்மை உண்டு என்று தெரியவருகிறது). ஆனால் அரசர் களின் உணவில் தினமும் 300 மைக்ரோ கிராமுக்கும் மேல் சயச்சத்து சேர்ந்ததன் விளைவு அவர்களில் பலரும் சீல்வாதத்தினால் அவதிபுற்றனர். அது மன்றலம் உடல் நலம் இரண்டையும் பாதித்தது.

சயத்தில் சலமயல் செய்கக் கூடாது அளவோடுதான் பாத்திரத்தைப் பயன்படுத்த வேண்டும்.

(மேற்கண்ட வினக்கம் கமார் முப்பது ஆண்டுகளுக்கு முன் "லாஹோலி"யில் வெளிவந்த அறிவியல் வினாக் கலாம் என்ற பகுதியில் - இலந்தை என். இராமசாமி வெளியிட்ட விபரம். லாஹோலி என்ற பத்திரிகை "ஆகாஷ்வானி" வெளியிட்டு வந்தது) கமார் பத்து ஆண்டுகளுக்கு முன் திருச்சியில் நான் இருந்த போது சயச் சொம்பு வாங்க ஏ.பி. அருணாசலம் செட்டியார் (பிரபலமான கடை) கடைக்குச் சென்றிருந்தேன்.

அவர்கள் கூறிய விவரங்கள் சில:-  
சயம் பெரும்பாலும் மலேசியா பகுதியில் கிடைத்தது. சுத்தமான சயமா என்று கண்டறிய, பத்து பைசா நாயையதனால் அழுத்திப் பாத்திரத்தில் இழுத்தால் 'வருட' என்ற சிப்தம் வரும். வெள்ளிகடோடு

தெரியும். வெள்ளியைக் கவந்து செய்வதால் தான் வெள்ளியம் என்ற பெயர். உடலைக் கெடுப்பதில்லை என்றார். நம்பகமான கடைகளிலேயே சயம் வாங்க வேண்டும்.

பழங்காலத்திலிருந்து சயச் சொம்பு ரசத் திற்கு மட்டும் பயன்படுத்தப்பட்டது. காரணம் கொதிநிலை குறைவு, குளி கூட்டிக் கொடுக்கும் என்பதுதான். கனமான பித்தனைக்கு சயம் பூசித்தான் உபயோகிக்கிறோம். அதிக் குட்டை பித்தளை பெறுகிறது. அளவாக சயத்தைப் பயன்படுத்தலாம். கந்த சயம் கெடு உண்டாக்குவதில்லை.

தற்போது பல இடங்களில் சயம் காரியமாக இருப்பதால் பித்தனைக்குப் பூச்சுக் கொடுப்பதற்குக் கூட பயமாக இருக்கிறது.

சயம் தங்கத்தை விட மதிப்பு பெற்றது. அன்றைய விலைக்கே எடுத்துக் கொள்வார்கள் சென்னையில், மற்றும் பல கடைகளில் சயம் உத்திரவாதமில்லை. கும்பகோணம் சயம் என்றால் எத்தக் கடையும் கள்ளகளை மூடிக் கொண்டு அன்றைய விலை கொடுப்பார்கள். "சீல்" இல்லாமல் (தங்க நனை மாதிர்) சயப்பாத்திரம் வாங்கக் கூடாது.

உபயோகிக்காமல் இருந்ததால் 'சயம்' தானாகவே உதிரும். பழம் காலத்துப் பெண்களின் பசை சாணியும் புனியும் போட்டுத் தேயத்துப் 'பனீரென்று வைத்திருப்பார்கள். நல்ல சயம் இன்றைய விலை நாளுக்குக்கும் மேலே ஒரு கிலோ.

- சரோஜா ரங்கராஜன்,  
சென்னை - 65

## தீபாவளி கோரிப்பம்

தேவையான பொருட்கள் : மூலம் - 200 கிராம், மிளகு - 20 கிராம், கத்து - 100 கிராம், சீரம் - 5 கிராம், இஞ்சி - 25 கிராம், நெய் - 100 கிராம், வெங்கலம் - நாட்டு உளுந்தல் - 200 கிராம்.

செய்முறை :

முதலில் மூலம், மிளகு, கத்து, சீரம், இஞ்சி முதலிய சுவைக்களை நன்றாக மண் போகக் கழுவி, ஒவ்வொரு சீரத்தை அரித்து ஊதகவக்க வேண்டும். பின் அம்மியில் இவற்றைபென்சாயம் தண்ணீர் தெளித்து மண் போல் அரைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

காணலியில் வெங்கலத்தைத் தட்டிப் போட்டு முழுதும் அரைவு தண்ணீர் விட்டு அடுப்பில் வைத்துக் கரைய விட்டு, மண் போக வடியவிட்டு மீண்டும் காணலியில் இட்டுக் கரைய விட வேண்டும். இரண்டு விதமாகத் தோட்டுப் பார்த்தால் 'பிகை'கென்ற பாலுதலி வந்ததாம். அரைத்து வைத்துள்ள விழுநிலைப் போட்டுக் கக்கிடாமல் கிளற வேண்டும். இடைவிடாமல் சிதிலு நெய் ஊற்றிக் கிளற வேண்டும். எம்மணி சேர்த்து முதல் கழுவி பதம் வந்ததாம் இறக்கி உடன் எவ்விதம் எம்மத்திம் எடுத்து வைக்க வேண்டும்.



- கிரேமாவதி தர்மராஜன்.



மீண்டும் உங்கள் மனம்  
ஃபட்டர்ரினையை நாட இதோ  
மற்றுமொரு காரணம்

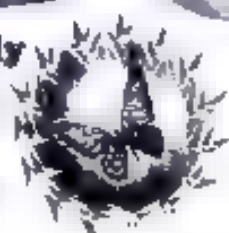
# சேமிப்பீர்

# ரூ. 715

வரை



**Butterfly**  
**Steel**  
**Mate**



Stainless  
Steel  
ATB-Pan



## Butterfly

*Good for a lifetime*

|                                 |            |
|---------------------------------|------------|
| நவீன அமைப்பில்<br>பிரஷர் குவாட் | Rs. 1475/- |
| உயர் தரத்திலான மீன்             | Rs. 1190/- |
|                                 | Rs. 2885/- |
| குவாட் ஸ்டீல், 3.5 லிட்டர்      | Rs. 1950/- |
| குவாட் ஸ்டீல், 5 லிட்டர்        | Rs. 715/-  |

**முந்தையங்கள்! உண்மையான சலுகை குறிப்பிட்ட காலத்திற்கு மட்டுமே!**

Ganges Distributors Appliances Ltd., 4th Floor, 501 Anna Salai, Chennai - 600 018 - Ph: 4345313, 4346355.  
Fax: 4343522 E-mail: gal@butterflymde.com Visit us at: www.butterflymde.com \*DISTRIBUTORS: Butterfly Home  
Appliances, 272, Mount Road, Teynampet, Chennai - 600 018. Ph: 4345199, 4344612 \*Butterfly Home Appliances,  
Sindur Shopping Centre, Block No 2-62, Shop No. 8-14, 2nd Avenue, Anna Nagar West, Chennai - 600 040.  
Ph: 6250901 \*Pee Pee Appliances Pvt Ltd., 378, Minor street, Chennai 600 078. Ph: 5229079, 5229191, 5224806  
\*Prakash Electronics, 87, Gandhi Road, Kancheepuram - 631 505. Ph: 22626, 23481, \*Kanchan Agency, No. 45  
Dhanappa Mudali Street, 1st Floor, P.B. No. 716, Madurai - 625 001. Ph: 747270 \*Butterfly Distributors & Traders  
42, Vysal Street, Coimbatore - 641 021. Ph: 397173, 392694, 394981 \*Trade Agencies, No. 11, K.V.S. Chetty  
Street, Vellore - 632 094. Ph: 237734 \*Shives, Bombay Dyeing Show Room, 372, C.S.I. Complex, Brough Road,  
Erode - 1 Ph: 258546 \*Century Marketing, No. 51, Perumal West Car Street, Tirunelveli - 627 001. Ph: 3378801  
\*Sakuntharama Vessels Corporation, No. 1, Delfy Market, Block No 18, Main Bazar, Neyveli - 607803. Ph: 262612  
\*Sri Saranya Enterprises, 13, Sathyanarayana Temple, 2nd Floor, Kumbakonam - 612 001. Ph: 423294 \*Butterfly  
Distributors (V.C.R.) B-5, Second Agraharam, Salem - 536 001. Ph: 260225, 262393 \*Sri Poomagal Agencies, 55-B,  
Rangar Sannathi Street Namakkal - 637 007. Ph: 31363, 32383, 31883 Available at all leading stores

இருவரது மாழ்க்களையில் திருப்பூற்றை எண்பது ஏக்கர்பாது வேண்டுமா என்றும் வரும் அதைப் புரிந்து கொண்டு வாழ்க்கையை மேன்மைப்படுத்தக்கூடிய சான்றுகளிருந்தால் நாம் எந்தவுமே சாதிக்கலாம்.

அரசாங்கத்தில் உயர் அதிகாரிகளாக இருந்து ஓயவு பெற்று தீர்ப்பாயகப் பரமஸிவத்தின் துணைவியாக இருந்த அபுரீயம் திரைய்யம் இருக்கிறது போதும் அவை வசூலாக சரா சராசர ரூ.100000 தூக்கிச் சென்றிருந்தால் அப்போது தயவுசெய்கையால் கூடுதலாகுமென்றும் வயதிலும் வேண்டாம் என்றும் வந்திருந்தால் போதுமா என்பதும் என்று நினைத்திருந்தது திருவதி பாயகப் பரமஸிவத்தை தரிசெல்லியோரும் 'பரமஸிவ குறாணம்' என்ற பெயரில் அதிபரம்.

வினாயகத்தினால் வந்திருந்தால் பாயகத்திரைகளில் நடந்து சென்றால் எந்தவித ஒரு கண்ணியமான இடத்தைப் பிடித்திருக்கும் பாயகப் குறாணம் நடத்தி வரும் முறையும் வேண்டாம் மட்டும் வேண்டாம் மெல்லாகவும் வேண்டாம் பாயகப் பரமஸிவம்.

**எந்த வயதிலும் சாதிக்கலாம்!**



• குறாணம் ஓர் ஆரம்பம்

சமீபத்தில் எம்.எம்.புரூர் அகாடமி வழங்கிய தானது விருதுகளால் பெற்றிருக்கிறது இந்த தானது விருது களும் "புது வில் ஒரு ஆரம்பம்" என்றும் உணவான இருந்த பெண்களின் சிந்தனைகளை எம்.எம்.புரூர் கொண்டு, நடத்தித்தான்.

"நாடகத்தில் நடக்க வேண்டுமென்ற ஆசை ஏறு வயதிலேயே இருந்த எனக்கு இருந்தது வானதவர தான். ஆனால் ஒரு மாதங்கொண்ட தடையதில் பிறந்த எனக்கு 1974-ல் நடப்பதற்கு முன்புதான் அன்றுமறிகுதியை மாட்டார்கள் என்று நம்புகிறேன் தெரித்திருந்தது.

குடும்பினாவதிருந்த பக்கத்தில் ஒரு ஏறு கொமத்தில் பிறந்தவர் நான் என்ற வயதி லேயே இருமன்றும், பூசினிட்டது அதைப்ப பிறகு கையாண்ட சென்னை, சென்னை, பென் கனா, பம்பாய் என்று 1974-1975 போல் சென்னைக்குத்தேன்."



பம்பாய் சென்ற பிறகுதான் இவருடைய கலை வாழ்க்கைக்கு பின்னையார் சுழி போடப்பட்டது. அதுவும் தற்செயலாகத்தான். இவர்களுடைய அடுத்த வீட்டில் வசித்து வந்த பிரபல நடனமளியாள கள்கள் ஸ்ரீனிவாசன் இவரை ஒரு நாடகத்திற்கு அழைத்துச் சென்ற போது திருமதி ஞானமாம, "நான் கூட நடிக்க வாம் போலிருக்கிறதே" என்று வேடிக்கையாகச் சொல்லி, உடனே அவை சீரிலாசாக எடுத்துக் கொண்டு விட்டார் கள்கள்.

பிரபல நாடகக் குழுவான மாதங்கா டிராமா சொசைட்டியை நடத்திக் கொண்டிருந்த எஸ்.ஆர். சுந்தரபிரசாద్ ஞானத்தை அழைக்கப்படுத்தி ஸைத்தார் அந்த குழுவிற்கும் அவசரமாக ஒரு நடிக்க தேவைப்பட பம்பாயில் மிகவும் பிரபலமான சன்முகாவந்தா ஸ்தாலில் பம்பாய் ஞானத்தின் நாடக வாழ்க்கை துவங்கியது.

'செயின்ஸ்ட் நியாகராஜா' என்னும் அந்த நாடகத்தில் நியாகராஜாஜின் மனைவி கமையாக அறிமுக

பிடித்து ஸ்ரீரீபத் தயார் செய்தார் இவர். கிட்டத்தட்ட ஒரு வருடம் காத்திருந்து பார்த்து விட்டு இந்த டாக்டரிமெண்டரி படம் லெனிஸர் மலிருந்த போது இந்தக் கதைப்போல நாடக வடிவத்தில் எழுதினார் ஞானம். மாரிடயாவது கொடுத்து நாடகமாக இந்தக் கதையை ஆர்த் கேற்றலாம் என்று இவர் சிந்தித்துக் கொண்டிருந்த போது முன்பு இவரை கைக்குவித்த கள்கள் மீண்டும், "நீயே பெண்களைய மட்டும் வைத்து ஒரு டிராமா குழுவை ஆரம்பியேன்" என்று பியாசனை கூறினார்.

ஞானமாம அவராமல் அங்குள்ள தமிழ் பேசும் இல்லத்தரிகளைக் கூட்டுச் செய்து ஒரு நாடகக் குழுவை ஆரம்பித்தார். இவர்களை



மானார் அவர். இரண்டு ஆண்டுகள் இந்தக் குழுவுடன் இரண்டு நாடகங்களில் நடித்துக் கொண்டிருந்த ஞானத்திற்கு இன்றும் சற்று வறுமையான பாத்திரங்களை ஏற்று நடித்தால் என்ன என்ற ஆவல் துளிரி விட்டது. ஆனால் வேறு நாடகக் குழுவினர்களைப் பார்த்து வாய்ப்புக் கிடைக்கும்வதற்குக் குழுமப் சூழல் இடம்கொடுக்கவில்லை.

இடைமில் தூர்தரணவிற்காக சமீப நாடகம் ஒன்றை எழுதிக் கொடுங்களை என்று ஒரு இயக்குநர் இலரிடம் கேட்க வராத சாணை கொடுமையைப் பற்றி முதன் முறையாக பேசுவதைப்

முதல் நாடகமான "சித்திக்க வைத்த மீதனம்" பம்பாயில் பெரிய ஸ்ரிட் செய்தித்தாள்களில் எல்லாம் அந்த நாடகத்திற்கு நிறைய அட்டைகள்.

இது போதாத அந்தப் பெண் கருக்கு உதாரகம் ஏற்பட்ட அபேத வேகத்தில் அமெரிக்க நோக்கத்தை கருவாகக் கொண்ட 'அக்கரை பர்ஸ்' விற்பனையாகத் தயாரானது அதுவும் ரூபாய் ஹிட்டானது.

"நான் சென்னைக்கு வந்தது ஒரு கவராயினமான கதை ஒருமுறை எஸ்கி. நிகர் பம்பாய்க்கு நாடகம் போட வந்திருந்தார். பெண்கள் மட்டுமே கொண்ட எங்கள் நாடகக் குழுவைப் பற்றி பலர் அவரிடம்



புகழ் அவர் எனக்கு லீப்பாள் பவாயி. "நான் டிராமா போட வந்திருக்கேன். ஆனால் எல்லோரும் உங்களைப் பற்றி என்னிடமே புகழ்ந்து தள்ளுகிறார்களே! உங்களை நான் மீட பண்ண வேண்டுமே?"

என்று கேட்டு விட்டு எங்கள் நாடகத்தை யும் அவரது நாடகம் முடித்தவுடன் போட ஏற்பாடு செய்து விட்டுப் பார்த்தார். பிறகு, எங்களிடம் "தீங்கள் செல்லையில் வந்து நாடகம் போட வேண்டும்." என்று கேட்டுக் கொண்டார். ஐந்தாறு சபாக்களில் எங்கள் நாடகம் நடக்க ஏற்பாடு செய்தது அவர்தான். இப்படித்தான் நாங்கள் சென்னை நாடக உலகத்தில் காலடியெடுத்து வைத்தோம்." என்கிறார் இவர்.

பிறகு வருடா வருடம் 1991-லிருந்து இவர்களது ட்ரூப் புதிய புதிய நாடகங்களைத் தயார் செய்து சென்னைக்கு வருவது வழக்கமாகி விட்டது. 1995ல் இவரது கணவர் சென்னைக்கு மாற்றப்பட்ட போது பதறலுக்கும் வேடிக்கு டிராமா ட்ரூப் சென்னைக்கு தூக்க மாறியது. அதிருஷ்டவசமாக இவரது குழுவில் நடிக் ஐந்தாறு பெண்மணிகளும் சென்னைக்குக் குடிபெயர்ந்தார்கள். பிறகு சென்னை விலேயே நடப்பில் ஆர்வமுள்ள சில இல்லத் தரிகளையும் சேர்த்துக் கொண்டார்கள். இன்று சுமார் 15 - 16 பெண்கள் ஒன்றாகச் சேர்ந்து சமூக விஷயங்களை எடுத்துக் கொண்டு நாடகங்களைப் போட்டு மக்கள் மனத்தில் ஒரு பிரத்தியேகமான இடத்தைப் பிடித்து விட்டார்கள்.

கதை, வசனம், இயக்கம் எல்லாவற்றை யுமே பம்பாய் ஞானமே பார்த்துக் கொள்கிறார். வருடா வருடம் இவர்களது நாடகத் திற்கு ஏதேனும் ஒரு அவார்ட் எம்ஸாப்பூர் அகாடமி வழங்கும். இந்த வருடம் சிறந்த இயக்குனர மற்றும் சிறந்த கதைக் கரு சிறந்த துணை நடிகை மற்றும் சிறந்த காமெடி

இல்லத்தின் ஏக்கங்கள் நாடகத்திலிருந்து ஒரு காட்சி. அம்மானவ முதியோர் இல்லத் தில் கொண்டு தள்ளி விட்டு அமெரிக்காவிற்குப் போய் விடுகிறான் மகள். அவனுக்கு தடபுடலாக அறுபதாம் கல்யா ணத்திற்கான ஏற்பாடுகள் நடக் கின்றன. அறுபதாம் கல்யாணத் திற்காக அம்மானவ அலழத்துக் கொண்டு போக வருகிறான் அவன்.

"வந்து ஆசீர்வதித்து விட்டு அறுபதாம் கல்யாணத்திற்குப் பிறகு திரும்பிப் போகலாம்" என்கிறான் பிள்ளை. தாய் மறுத்து விடுகிறாள். அதற்குப் பிள்ளை,

"ஆயிரம் பேர் வந்தாலும் அம்மா லோட ஆசீர்வாதம் போலாகுமா?" என்று கேட்கிறான் அவன். அதற்கு அந்தத் தாய் கேட்கிறாள் -

"உன்னை என்னென்று ஆசீர்வாதம் பண்ணுப்பா? என்னை மாதிரி தீர்க்காயுசை இருந்து இல்லத்திற்கு வந்து காலம் தள்ளுன்னு ஆசீர்வாதம் பண்ணறா? இல்லை பொறுப்பெல்லாம் முடிஞ்சு போச்சு. கொளவமா அறுபது வயசிலேயே கிளம்பி மேலே போன்னு ஆசீர்வாதம் பண்ணறா? என்னன்னு புரியலியே" என்று கேட்கிறாள்.

தடிகை போன்ற தாள்கு பரிகககளையும் தட்டிச் சென்றிருக்கிறது இவர்களது ட்ரூப்.

"இல்லத்தரசிகளின் திறமைசைய வெளிக் கொண்டு வருவதே எங்கள் நோக்கம். அந்நிய ஆடவர்களுடன் சாதாரண குடும்பம் பெண் கள் நடிப்பதற்கு கூச்சப்படுவார்கள் என்ப தால் முற்றிலும் பெண்களைக் கொண்ட குழுவை நடத்தி வருகிறோம். பார்க்க வருபவர்களை எங்கள் நாடகத்தின் கதாபா ணகதை, வசனம் சுர்த்து விடுவதால் ஆண்களின் பாத்திரங்களில் பெண்களே நடிக்கிறார்கள் என்கிற உணர்வு மறந்து போய் கதையின் நடைபயில் ஒன்றிப் போய் விடுகிறார்கள்" என்று கறுகிறார் ஞானம்.

"இலாப திட்டமிடலாமல் இயல்பி வரு கிறது எங்கள் குழு. அதனால் எக்கச் சக்கவாக நாங்கள் பணமும் வாங்குவது கிடையாது. ஆர்ட்டிஸ்டுகளுக்கு வருமானமும் கிடையாது. ஒரு தங்க காரியம் செய்து வருகிறோம்.



மேலும் கனவ ஆர்வத்திற்கு ஒரு வடிவாக கிடைக்கிறது. அதைப் புரிந்து கொண்டு வரு பவர்களுக்கு மட்டும் எங்கள் குழுவில் இடம்" என்கிறார் ஞானம்.

இயக்குநர் என்கிற முறையில் அவரவருக் கேற்ற பாத்திரப் படைப்பை இவரே தேர்ந்தெடுக்கிறார். "ஆன் பாத்திரமோ, பெண் பாத்திரமோ சின்ன ரோலோ, பெரிய ரோலோ எல்லாம் தானதான முடிவு செய்கிறேன். அதில் எந்த பாரபட்சமும் இல்லாமல் பார்த்துக் கொள்கிறேன். இதற்குக் கட்டுப்படுபவர்கள் மட்டுமே எங்கள் குழுவில் உறுப் பினராக இருக்கலாம்" என்கிறார் இவர் ஆணித்தரமாக.

மதுராலக்ஷ்மி வேமஸ் டிராமா டூப் பல சமூக விஷயங்களை எடுத்துக் கொண்டு தாடகங்களை அரங்கேற்றி வருகிறது இவர்களது "இல்லத்தின் ஏக்கர்கள்" நாடகம் பெற்றோர்கள் முதியோர் இல்லங்களில் கொண்டு தள்ளப்படுமா அவசந்தை சித்தரித்து அதற்கு அபாரமான வரவேற்பு கிடைத்தது.

"எங்களுடைய நாடகங்கள் குடும்பங்களில் நிரூபக நடக்கும் சமயவங்களின் கோரணம் என்றுதான் சொல்வேன். அதனைத்தான் பார்ப்பவர்கள் ஒன்றிப் போல் விடுகிறார்கள். ஒவ்வொரு குடும்பத்திலும் நடக்கும் அன்றாட சமாச்சாரங்களை வைத்து நாங்கள் நாடகம் போடுவதைப் பார்த்து, 'அதெப்படி எங்கள்

விடயம் நடப்பதை அப்படியே காண்பித்தீர்கள்' என்றோ, 'அப்படியே எங்கள் பக்கத்து வீட்டு விஷயங்களைப் பார்த்த மாதிரி இருக்கிறதே' என்றோ பாராட்டுக்கள் கிடைக்கின்றன ஒரு தல்ல நாடகத்தைப் பார்த்தோம் என்கிற சத்தொலத்தில் ரசிகர்கள் வீடு திரும்புவது திருப்தியாக இருக்கிறது" என்கிறார் இவர்.

பாய்பே ஞானம் சமீப காலமாக சின்னத்திரையிலும் பிரபலமான திருவனங்கலின் படைப்புடன் பலவற்றில் வலுவான பாத்திரப் படைப்பை ஏற்று தடித்திருக்கிறார்.

மீடியானவப் பற்றிய இவரது கருத்து வித்தியாசமாக இருக்கிறது. நாடகத்தைப் போல ஆரம்பத்திலிருந்து கோர்வையாக இல்லாமல், எப்படி எப்படியோ இடைவிடையே ஷூட்டிங் எடுப்பதால் தொடர்பே இல்லாத ஒரு உணர்வுதான் ஏற்படுகிறது. மீடியா தொடர்களில் என்கிறார் இவர். கடந்த ஆண்டு இவராகனது தாடகக் குழுவின் பதனம் ஆண்டு விழா நடத்ததால் மூன்று முக்கியமான சீரியல்களில் தடிக்க முடியாமல் போனது இவருக்கு. அதில் சித்தியும் ஒன்று.

சமூகத்தைப் பற்றிப் பல தெளிவான கருத்துக்களைக் கொண்டிருக்கும் ஞானம் இன்னும் திரை சாதனைகளைப் பலடக்க வாழ்த்துவோம்.

— ஸ்ரீபதி

**ஸ்கீமிஸ விட்டுக்கு அழைப்போம்...**

வட இந்தியாவில் ஒரு டயக்ம்... ஸ்கீமிஸ்ட் ஹேரோ, பனாக்கானோ, தீயவன் என்று ஸ்கீமிஸ்ட் செய்வார்கள். அத்தப் பூணாறில் அவர்கள் அந்த தீயவன்களாக வாங்கிய டீய் தங்கம், மற்று் வெள்ளிப் போதன் கட்டாயம் இட்கிறோம்.

தங்கம், வெள்ளி ஷார்ப் செல்லப் போதுப் போது. "ஸ்கீமிஸ விட்டுக்கு அழைக்க வரப் போகிறோம்" என்பார்கள் சத்தோஷமாக...

போர்த்துப் பார்த்தால்...

தங்கமும், வெள்ளிமும்போல சத்த வெண்ணிலும் கசாக மாறும் மதியு உள்வனவ... இதனால் ஒரு வனவின், பாய்மும் ஏறிக்ரே... இவை அமைத்துக்குப் பெரிதும் உதவுமே...

தாயும் கூட, ஒரு கிராப் தங்கக் கசோ, 10 கிராப் வெள்ளி தனையபோ வாங்கி ஸ்கீமிஸ அழைக்கும் வழக்கத்தை ஆரம்பிப்போம்...

— உஷா ரீதுரை





கீம்பீரம் பொங்கும்  
டெரக்கோட்டா பொம்  
மைகள், தேர்த்தியான  
மரச்சிற்பங்கள், கண்  
ணைப் பறிக்கும் ஊதி  
மணி, பாசிமணி மாலை  
கள், கடல் சிப்பியால் செய்  
யப்பட்ட அழகு பொம்மை  
கள், ஓயர் கூடைகள்  
என்று கொட்டிக் குவிந்து  
கிடந்தன அந்தக் கண்  
காட்சியில்.

ஒவ்வொரு ஸ்டாலிலும்  
இவற்றை விற்கும் கொண்  
டிருந்தார்கள் கிராமத்துப்  
பெண்கள். வறுமை கோட்  
டிருக்கும் கீழ் இருப்பவர்கள்

படி பலதரப்பட்ட முகங்கள். கிராமப்புறங்  
களில் உள்ள தனது வங்கி கிளைகளில் நிதி  
உதவி பெற்ற கய உதவிக் குழுக்களாக அவர்  
கள் தயாரித்த பொருட்களை விற்பனை  
செய்வதற்காக சென்னையில் இந்தக் கண்  
காட்சியை முதன் முறையாக ஏற்பாடு செய்  
கிறதென்று இவ் வங்கி.

இந்திய அரசு  
தின் முதன்மை  
அறியியல் ஆலோ  
சகர் டாக்டர்

# கை குவிக்கிய



# கரைவார்!

என்று சொல்லாமல் சொல்  
வற்று அவர்களது தோற்  
றம். ஆனால் முகத்திலோ  
அசாதிய தன்னம்பிக்கை,  
மகிழ்ச்சி...

இந்தியன் வங்கி ஏற்  
பாடு செய்திருந்த கிராம  
ஸ்கலினைப் பொருட்கள்  
கண்காட்சியில்தான் இப்

ஏ.பி.ஜே. அப்துல்கலாம் துவக்கி வைக்க,  
இந்தியன் வங்கித் தலைவர் மற்றும் திரியாக  
இயக்குனர் ரகுநிதி குமார் தலைமையிலான  
மூன்று நாட்கள் நடைபெற்ற இந்தக் கண்  
காட்சி பொதுமக்களிடம் அமோக வரலிவற்  
பைப் பெற்றது.

அனைத்துப் பொருட்களும் மிகவும்  
தரமானதாகவும் நியாயமான விலையில் இருந்த  
தாலும் இவர்கள் தயாரித்துக் கொண்டு வந்த

பொருட்கள் அனைத்தும் வீற்றுப் போயிற்று.

பொதுவாக நகரப் பெண் சமீன வங்கிக்கு தனித்துச் சென்று பணம் எடுக்க, போட யோசிய்ப் பார்கள். ஆனால் படிப்பு வாசமே இல்லாத ஒரு கிராமத் துப் பெண் வங்கியில் தனது பணத்தைச் சேமித்து வைத்து, கடன் பெற்று, மறறவாகளுக்கும் கடன் கொடுத்து கவசம்பாத்தியம் செய்திறார் என்றால் ஆச்சரியமான விஷயம்தானே?

இவர்களிடையே இப்படியொரு வளர்ச்சி ஏற்பட முக்கியக் காரணமாக இருத்திருக்கிறது இந்நிதிபன் வங்கி. கிராமப்புற பெண்களின் வளர்ச்சிக்காக இந் நிதியுணம், உலக வங்கி கடனூதவி பெற்று 'செய்தி' உதவிக் குழு' திட்டம் ஒன்றை அமுல்படுத்தியது பல வருடங்களுக்கு முன்.

ஒவ்வொரு குழுவிலும் 20 பெண்கள் உறுப்பினர்களாகச் சேர்க்கப்பட்டு மாதத் தோறும் ஒரு ரூபாயோ, இரண்டு ரூபாயோ அல்லது அதற்கு மேலும் அவர்களால் முடிந்த பணத்தை வங்கியில் அக குழுவின் பெயரில் சேமித்து வைத்து, அதன் சேமிப்பின் அடிப்படையில் அவர்களுக்குக் கடனூதவி, இன்னும் பிற சலுகைகள் அளித்து வருகிறது. முதலில் ஒன்று இரண்டு என்று ஆரம்பித்த குழு எண்ணிக்கை இன்று பத்தாயிரம் குழுக்களாக பெருகியுள்ளது.

கிட்டத்தட்ட இரண்டு லட்சம் கிராமப் புறப் பெண்கள் இன்னால் பயனடைந்து வருகின்றனா இன்று இந்தத் திட்டத்தினால் இவர்கள் வாழ்க்கையிலும் திறைவ மாறுதல் குறிப்பாக இவர்களை நானுக்கு நாள் வருத்தி வந்த கந்து வட்டி இன்று அடியோடு மறைந்து விட்டது. தங்களுக்குத் தேவையான பணத்தைத் தங்கள் குழு சேமித்து வைத்திருக்கும் பணத்தி லிருந்து குறைந்த வட்டிக்கு திவைத்த நேரத் திற்குப் பெற முடிவிறா இவர்களால்.

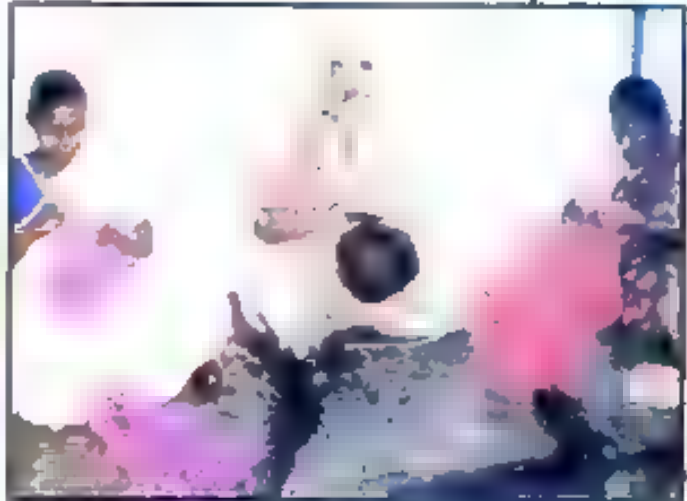
திடீர் மருத்துவச் செலவு, குழந்தைகள் படிப்புச் செலவு,



வீசேஷ செலவு இப்படி அனைத்திற்கும் வேனிலில் கந்து வட்டியில் வாங்கி ஏமாறாமல் தன் அகவே தனக்கு உதவி எனபது போல் தாங்கள் சேமித்து வைத்திருக்கும் பணத்தால் பயனடைந்து வருகின்றனர்.

வேறும் சேமிப்போடு தில்லாமல் ஒவ்வொரு வரும் தங்களுக்குத் தெரிந்த தொழிலை, குறைந்த வட்டிகளுக் கடன் பெற்று, ஆரம்பித்து விட்டிலிருத்தே சம்பாதித்தும் வருகின்றனர்.

இப்படி அவர்கள் தயாரித்த பொருட்களை விற்பனம் முகமாக அவர்களது திறமைக்கு



அங்கீகாரம் கிடைப்பதற்காக இந்தக் கண் காட்சியை நடத்தியது இந்தியன் வங்கி. மூன்று நாட்களும் அவர்களுக்கு இலவசமாக தங்க இடவசதி செய்து கொடுத்து, உணவளித்து சிறப்பாகக் கவனித்துக் கொண்டது.

ராமநாதபுரம் மாவட்டத்திலிருந்து வந்திருந்த முத்துலட்சுமி, ராஜி மகேஸ்வரி, ராஜேஸ்வரி, ஸ்ரீபுஷ்பா குழுவிலர் கடல் சிப்பிகளாலான பொம்மைகள், யானைகள், அலங்கார சிலைகள் போன்றவற்றைத் தயாரித்து விற்பனை வருகின்றனர். இதில் முத்துலட்சுமிக்கு நான்கு பெண் குழந்தைகள் இரத்தினம் வங்கி உதவி பெற்று இன்று நான்கு பெண்களையும் படிக்க வைத்துள்ளார். தற்பொழுது குடும்பக் கட்டுப்பாடு பிரசாரம் செய்து வருகிறார்.

புலிகாட் கிராமத்திலிருந்து வந்திருந்த ரஹமத் பீவி, எழுதப் படிக்கத் தெரிவாத இவர் இன்று தோட்டுக்களை எண்ணி சரிபார்த்துக் கணக்குப் போடவும், எக்யெஸ்துத் போடவும் சுதமாக கொண்டுள்ளார். இவருக்கு ஐந்து பெண்கள். இவ்வளவு தனது கிராமத்திலிருந்து வெளியிடங்களுக்கு எங்கும் சென்றதில்லையாம். இவரது குழு செய்கிற இந்த பணம் ஒளைய் பொருட்கள் வெளிநாட்டிலும் விலைபோகிறது.

கிணன் மாங்காடு கிராமத்தைச் சேர்ந்த நாராய், அஜிதர் அலிமா, மும்தாஜ்பேகம் குழுவினர் மூன்று வருடமாக இத் திட

டத்தில் சேர்ந்து, இட்லி கடை, பொடி வகைகள் தயாரிப்பது போன்ற தொழில் களைச் செய்து வருகின்றனர்.

பரமகுடியைச் சேர்ந்த சுருந்தம் தனது கணவர் வசுதேவ் இறந்த கண்காட்சிக்கு தன்னை வழி அனுப்பி வைத்ததை கண்களில் மகிழ்ச்சி பொங்க பெருமையுடன் கூறினார். இவர்களுக்கு கணில் சாஸல் போடுவது, மது குழித்தல், குடிநீர் வசதி என்று பல திட்டங்களை வெற்றிகரமாக செயல்படுத்தி வருகின்றது இவரது குழு.

இதுபோல தாம் அந்தக் கண்காட்சியில் பார்த்த அதனை கிராமப் பெண்களும் தங்கள் குழு என்னென்ன செய்து வருகின்றது என்பதை பட்டியல் இருக்கின்றனர். அனைவரது முயற்சியும் மகிழ்ச்சி, தன்னம்பிக்கை, உயமாக நின்று சம்பாதிப்பதில் பெருமை, மூக்கியமாக இவர்களில் அநேகம் பேர் வாழ்நாளில் இதுவரை தங்கள் கிராமத்தை விட்டு வெளியேறுவதற்குச் சென்ற தில்லையற்ற.

மூன்று நாட்கள் இதற்கு கண்காட்சியில் கலந்து கொண்டதில் இந்த சிறுதொழிலாளிகள் திறமை அனுபவங்களைப் பெற்றுள்ளனர் இவர்களுக்கு இப்படி ஓர் அனுபவம் கிடைக்க வழிவகுத்துக் கொடுத்த இந்தியன் வங்கி இப்போல் பிற முக்கிய ஊர்களிலும் நடத்தத் திட்டமிட்டுள்ளது.

தொகுப்பு : ஷாந்தி படங்கள் ஜி. கரேஷ்

பழைய குக்கரில் உள்ள குக்கர் தட்டுக் களுக்கு அடியில் போடும் பிளேட்டை, பானையில் போட்டு 'சப்பாத்தி கட்டு' எடுக்கலாம் 'தோசைக் கல்லைத் தேட வேண்டாம். 'நான்-ஸ்டிக்' தவாலும் வேண்டாம் சப்பாத்தி அழகாக உப்பலாக, மிசுதுலாக வரும் எகயில் கட்டு விடுமே என்ற பயமும் இல்லை.

- எம். விஜயலக்ஷ்மி



ஜாயில் சிறிது தண்ணீர் விட்டு கெட்டியாகப் பிசைத்து அதில் வாழைப் பழங்களை விக்கைகளாக நறுக்கி முத்திரிப் பருப்பு, திராட்சையில் போட்டு ஸ்விட் பச்சடி செய்தலாம்.

- சி. கமலாபி



**வாழ்வில் முடிவெடுத்த அந்தத்  
தருணம் என்றும் பசுமையானது...**



**அதற்கு ஈடான மற்றொரு தருணம் நீங்கள்  
யெஸ்ஸு அஸோஸியேட்ட் பில்டர்ஸிடம் இல்லம்  
வாங்கும் இனிய தருணம்தான்!**



**அண்ணா நகர், தி. நகர், நங்கநல்லூர், வேளச்சேரி, முகப்பேர்  
(கிழக்கு) மற்றும் பிற இடங்களில் அழகிய தரமான டீலக்ஸ்  
ஃபிளாட்டுகள் மற்றும் தனி வீடுகள் வாங்க  
அணுகுங்கள்**



**YESDE ASSOCIATED BUILDERS LTD.**

**(FLAT PROMOTERS & PROPERTY DEVELOPERS)**

402, "Challamall" 17, Tiliyagaraya Road, (Pondy Bazaar), T. Nagar,  
Chennai - 600 017. Phone: 4340224/4333636/4342557 Fax: 044-4340210

E-Mail: yesde@md3.vsnl.net.in Web: www.yesde-builders.com

**முறுக்கு புழுங்கலரிசி** யிலும், பச்சரிசிலிலும் பண்ணலாம். நாகர கோவில், திருநெல்வேலி மாநிலத்தைச் சேர்ந்த வர்கள் புழுங்கலரிசியில் பண்ணுவார்கள். பாலக் காடு, தஞ்சாவூர் மாநிலத் தைச் சேர்ந்தவர்கள் பச்சரிசியில் செய்வார்கள். இரண்டுமே நன்றாக இருக்கும். ஆனால் வெவ்வேறு டேஸ்டாக இருக்கும்.

பொன்னிறமான முறுக்கு வேண்டுமானால் முதலில் தல்ல அரிசியாக வாங்க வேண்டும். இரண்டாவது உளுத்தம் பொடிதான் சேர்க்க வேண்டும். உளுத்தை மணம் வரும் வரை வறுத்து ஐந்தாக பொடித்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். மூன்றாவது தேங்காய் எண்ணெயில்தான் பண்ண வேண்டும்.

புழுங்கலரிசி முறுக்கு செய்யும் விதம் : இட்டிலி அரிசி, டொப்சி அரிசியென்று கடையில் விற்கும் அரிசியை தண்ணீரில் 2 மணிக்குக் கரைப் போட்டு கிரைண்டரில் உப்புப் போட்டு கெட்டியாக ஐந்தாக அரைக்கவும். மாவு நெகிழ்ந்து போனால் ஒரு வெள்ளைத் துணியில் போட்டால் தண்ணீர் உறிஞ்சி எடுத்து விடும்.

4 கப் அரிசிக்கு 1 கப் உளுத்தம் பருப்பு வறுத்து மாவாக்க வேண்டும். அரைத்த அரிசி மாவில் உளுத்தம் பொடி, ஒரு டேபிள் ஸ்பூன் வெண்ணெயும் சேர்த்து நன்றாகப் பிசைய வேண்டும். காயமோ, எண்ணெயும் சேர்க்க வேண்டாம்.



வெண்ணைத் துணியில் சற்று பருமனாக முறுக்கு சுற்ற வேண்டும்.

ஒரு 80 சுற்றி மீட்டுக் காயத்த எண்ணெயில் போடவும். ஐந்து நிமிடம் கழித்து முறுக்காகத் திருப் பிப் போட்டு காசை மீடி வத்தில் வைக்கவும். எண்ணெயின் ஓசை அடங்கிவிடவுடன் எண்ணெயிலிருந்து எடுக்கவும். பொன்னிறமாக இருக்கும் இந்த முறுக்கு கையால் அமர்த்தினால்

பொடிப்பொடியாக ஆகிவிடும்.

**பச்சரிசி முறுக்கு செய்யும் விதம் :**  
தல்ல பச்சரிசி வாங்கி தண்ணீரில் போட்டு வாரி ஐதகாக பொடிக்கவும் அரிசி மாவு ஐந்தோடு இருக்க வேண்டும். 9 கப் அரிசி மாவிற்கு 1 கப் உளுத்தம் பொடியும், பொடித்த உப்பு, எஞ்ஞ, பெருங்காயம் எல் வாம் சேர்த்து வெண்ணெயும் போட்டுப் பிசையவும். பச்சரிசி முறுக்குக்கு நிறைய வெண்ணெய் போட வேண்டும். ஒரு கிலோ அரிசிக்கு 200 கிராம் வெண்ணெய் சேர்க்க வேண்டும். இந்த முறுக்கு பொடியாகச் சுற்ற வேண்டும் காயத்த எண்ணெயில் போட்டு பொன்னிறமாக எடுக்கவும்.

**தீவாங்கிட்டு முறுக்கிடு?**

பச்சரிசி முறுக்கு அதிகம் எண்ணெய் குடிக்காது. ஆனால் புழுங்கலரிசி முறுக்கு அதிகம் எண்ணெய் குடிக்கும்.

எது தன்றாக இருக்கும் என்று கேட்டால், அது அவரவர் குசியை பொறுத் துத்தான் சொல்ல முடியும்.

— குமாரா





**உங்களைச் சிறப்பாக வேறுபடுத்தி அழகாக  
எடுத்துக்காட்டும் நலக வகைகள் ...**

**ஜிஆர்டி தங்கம். மகத்தான கலெக்ஷன். எண்ணற்ற வகைகள்.**

பாரம்பரியம் அத்துடன் நவீன ஃபேஷன் - இரண்டும் அழகாக இணைத்தவை.  
முந்திலும் வித்தியாசமானது - உங்களைப் போலவே.



**G R Thanga Māligai**

**Jewellery**

since 1964

தி. நகர், சென்னை 600 017. ஃபோன் : 434 5042, 434 5062, 434 5353, ஃபேக்ஸ் : 044-434 4495

e-mail : [grjewels@vsnl.com](mailto:grjewels@vsnl.com) புதுமையானதொரு அனுபவத்திற்கு [www.grjewels.com](http://www.grjewels.com)

செவ்வாய் விடுமுறை. அனைத்து கிரெடிட் கார்டுகள் ஏற்றுக் கொள்ளப்படும்.



# பட்டு, பந்தம், போத்தீஸ்

உயர்தர தூய பட்டு இழை மற்றும்  
அசல் வெள்ளி ஜுரி கையினால்  
சொந்தத்தனத்தில் உருவாக்கப்படும்  
காஞ்சிபுரம் கல்யாணப் பட்டுச் சேலைகள்



## போத்தீஸ்



காஞ்சிப் பிளையர்கள் குடியரசு

புதுக்கோட்டை, திருச்சி, சென்னை - 600 017  
☎ : 4310901 Web : [www.potrys.com](http://www.potrys.com)

3. வடக்கு 3ம் வீதி, திருநெல்வேலி டவுன் - 627005  
☎ : 337093, 339189

உழப்பதி நகரம் : 23 & வீட்டுத் தெரு-  
காஞ்சிபுரம் - 631 501 ☎ : 22625